الكرة الطائرة الشاطئية

العصر الذهبى للرمال

الأستاذ الدكتور

زكى محمد محمد حسن

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

٢٠٠٦

المكتبة المصرية

للطباعة والنشر والتوزيع

٣ ش أحمد ذو الفقار – لوران الإسكندرية

تليفاكس : ٠٠٢/٠٣/٥٨٤٠٢٩٨

محمول : ٠١٢٤٦٨٦٠٤٩

بسم الله الرحمن الرحيم

إهـــداء

إلى من يدفعوننى دائما إلى النجاح

إلى أسرتى الغالية .... شكرا

إلى ....

زملائى وزميلاتى بكليات التربيـة الرياضيـة

إلى ....

أبنائى وبناتى طلاب وطالبات كليات التربيـة الرياضية

إلى ....

جميع عشاق الكرة الطائرة فى مصر والعـالم العربى

أهدى كتابى

المؤلف

مقدمـــة

لقد تعرض الدور الذي تلعبه الرياضة في المجتمع إلى تراجع تام تقريبا، مع الاقتراب، نحو بداية القرن الثالث الميلادي، فلازالت الرياضة في بعض الدول تلعب دورا أساسيا هاما، في تأكيد وتقوية الهوية القومية والقيم الاجتماعية والتربوية.

وهكذا فإننا نرى أن معظم أهداف وسياسات المنظمات الرياضية العالية وعلى رأسها الاتحاد الدولي للكرة الطائرة كمنظمة رياضية دولية، مازالت نفسها بالنسبة للقرن الواحد والعشرون، ومتمثلة في إشباع حاجات الملايين من ممارسي الكرة الطائرة، وذلك من خلال المؤسسات القومية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة، وتحقيق حاجات أفضل للرياضيين، وذلك كله بهدف الحفاظ على المظهر العام، والمصداقية والكفاءة التي يتمتع بها الاتحاد الدولي، وبجانب الحفاظ على المظهر، يجب ألا ننسى جودة المهرجانات الرياضية التي ينظمها، لإشباع حاجة وسائل الإعلام والصحف والمجلات والوسائل الإلكترونية، من خلال الأسس والخدمات والمعلومات ومواد العمل المنافسة.

إن الانتشار المستمر للعبة الكرة الطائرة، والذي شمل جميع أنحاء العالم ليس من قبل المصادفة، وليس أيضا من خلال المنافسات، أو من خلال الترويج المقنع لها، فهذا أمر وارد، إلا أن اللعبة من بداية نشأتها وتطورها لازالت تحتفظ بخصائصها التي ميزتها كلعبة للتسلية عن باقي الألعاب الأخرى، ولكن هذا لا يعني أن اللعبة فقدت مكانتها كلعبة تنافسية يمارسها الرياضيون (اللاعبون)، المدربون تدريبا جيدا، بل أيضا ستبقى الكرة الطائرة لعبة مسلية لأنها لعبة تتوافر فيها العديد من المبادئ التي تغطي هذا الجانب.

ومنذ دخول الكرة الطائرة إلى مجال الدورات الأولمبية بداية من عام (١٩٦٤) وحتى الآن مازالت تحوز الإعجاب والشهرة في ميدان الأضواء الأولمبية، فنحن نجدها قد وضعت وثبتت أقدامها بجانب ألعاب الكرة والأنشطة الرياضية الأخرى، فهي تمتاز وتتصدق بالتنافس ذا الأداء العالي الذي يجذب

جمهور غفير من المشاهدين، ولقد أدت الأحداث التي مرت بها الكرة الطائرة بداية من هذا التاريخ الأولمبي، إلى حث المسئولين بالاتحاد الدولي، إلى بذل لمزيد من الجهد لكي يزيدوا من شعبية الكرة الطائرة، فظهرت البطولات العالمية واللقاءات الدولية الكثيرة، وجميعها أمور أدت إلى وجود كم هائل من اللاعبين، بحيث أصبحت تحتل مكانا بارزا في الدورات العالمية والأولمبية، باعتبارها شكلا من أشكال الأنشطة الرياضية المتميزة، ولذلك فقد أصبح من المألوف أن نجد هناك نشاطات واسعة من الاتحاد الدولي وكذا الاتحادات القارية والإقليمية للعمل على انتشار اللعبة وغيرها بصورة أوسع وأكثر شمولا، وكذلك الحرص خاصة لدى بعض الدول المتقدمة على تطويرها وتنميتها ليكون لها السبق في أن تصبح اللعبة الشعبية الأولى.

ومن ضمن الجهود التي بذلها الاتحاد الدولي للطائرة، إحياء وتنمية وتطوير الكرة الطائرة الشاطئية، ووضعها داخل إطار المنافسات الدولية والعالمية، الأمر الذي أدى إلى نجاح لعبة الكرة الطائرة الشاطئية، والوصول بها إلى العالمية كرياضة راقية تمارس في اللقاءات والمحافل الدولية، فهي في الحقيقة تعتبر مزيد من التكوين الفني والأدائي للاعبين الممارسين في وسط مغاير تماما عن الوسط الذي نعرفه جميعا في الكرة المعتادة داخل الصالات.

وتعتبر الكرة الطائرة الشاطئية شكلا آخر من أشكال الكرة الطائرة المعتادة، والتي نعرفها جميعا، كما يمكن إضافتها إلى أشكال ألعاب الكرة التي نعرفها جميعا، فهي أحد الأنشطة الرياضية ذات الطبيعة الخاصة، نظرا لاختلاف وسط الممارسة، فهي تمارس على الرمال وبجوار الشاطئ، وفي وجود درجة حرارة عالية نوعا ما، أو قيظ درجة حرارة الشمس، إضافة إلى اتجاهات رياح مختلفة، الأمر الذي جعلها لعبة تتميز بالإثارة، حيث يتجلى ذلك في انعدام التشكيلات الحركية المعروفة لدينا جميعا، فهي تكاد تكون معدومة، رغم وجود بعض من أشكال الهجوم المتنوعة إلى الدفاع من خلال حائط الصد، وكذا الدفاع الفدائي، وأيضا من خلال القدرة على التحكم في المهارات الحركية الأساسية الخاصة، في وسط بيئي رملي، وتحت قيظ الشمس المحرقة وارتفاع

درجة حرارة الجو، جميعها يشكل أمرا غاية في الصعوبة بالنسبة للأداء المهاري، الحركي.

وكذا يتميز هذا الشكل من أشكال الكرة الطائرة الشاطئية في كيفية تفرد بعض اللاعبين في المقدرة على إتقان بعض المهارات الفردية التي تميز لاعب عن آخر، وفي ضوء ما يتمتع به خصائص تمكنه من أداء مثل هذه المهارات الفردية، والتي أصبحت في أشكالها وإخراجها الفني والخططي تتصف وتلتصق بكل لاعب على حدة.

ولذلك وبحق فقط اطلق على لعبة الكرة الطائرة الشاطئية لعبة القوة والرشاقة والجمال، ففي هذه اللعبة يستعرض من يلعبها خفة الحركة والتركيز وحضورا لبديهة وسرعة التلبية والذكاء والفن والتكتيك والمثابرة مع الاستعراض لا فرق بين الرجال والسيدات.

لقد حان الوقت لتمثل بطولات الكرة الشاطئية المنصه الرئيسية على مسرح الرياضة العالمي، الأمر الذي دعى الاتحاد الدولي للكرة الطائرة وأعضائه في حاجة لطرق كافية لنشر رسالة الكرة الطائرة الشاطئية، مستغلين في ذلك كامل جهود ما تحدثه وتنفذه بقية الاتحادات الإقليمية التابعة للاتحاد الدولي، حيث يوجد الآن (٢١٤) اتحادا قوميا يتبع الاتحاد الدولي، ولكل منها دوره القيادي في نجاح رياضة الكرة الطائرة الشاطئية. ويهدف الاحتفاظ بالدور العالي الذي يعتبر ضروريا، وهذا يعني التركيز على الجوانب الراقية للكرة الطائرة.

وكما هو معروف لدينا جميعا أن لكل مادة من المواد التعليمية المراد تدريسها أهدافا خاصا تعمل على تحقيقها، وهدف الأهداف الخاصة، عادة ما تكون مرتبطة، بالأهداف العامة للمؤسسات التعليمية (مدرسة – نادي – مؤسسة رياضية)، منبثقة عنها غير متعارضة مع أهدافها العامة، وهنا يجدر الإشارة إلى أنه ينبغي عند بناء أي منهج تربوي أن يراعي هذه الأهداف أو يكون مبنيا على أسس علمية سلمية، وأن يكون هناك مفهوم واضح عن تلك الأهداف التي يراد تحقيقها عند تطبيق العملية التعليمية، حيث لك أن تتخيل مقرر أو وحدة دراسية

أو تعليمية دون أن يتضمن النواحي المعرفية، التي يمكن أن تمثل مجموعة معلومات هادفة يراد توصيلها إلى القارئ المتلقي.

ومن هذا المنطلق أردت أن أوضح للقارئ العزيز العديد من الجوانب المعرفية في مجال الكرة الطائرة الشاطئية، معتمدا في ذلك على أحدث المراجع والكتب والمجلات الدورية التي تناولت الكرة الطائرة الشاطئية، مع محاولة إظهار الفرق بينها وبين الكرة الطائرة المعتادة، حيث يتبادر إلى الذهن من أول وهلة أنها الشقيق الأصغر أو القريب الضعيف للكرة الطائرة المعتادة داخل الصالات، وهذا بالطبع تفكير محدود وأن من يفكر في ذلك فهو يرتكب خطأ كبيرا نظرا للاختلاف الكبير بين الشاطئية والمعتادة التي تمارس داخل الصالات.

ويتناول هذا الكتاب (المؤلف) مجموعة من المعلومات الخاصة الجديدة بالكرة الطائرة الشاطئية، بهدف التأكيد على الارتقاء بالنواحي العقلية مثل المعرفة والفهم الصحيح لمتطلبات هذا الشكل الجديد للعبة الكرة الطائرة، الأمر الذي تطلب التحليل والتطبيق لما كتب حول هذه اللعبة، وكذلك التحليل والتطبيق للعبة وكيفية التعرف على المراحل الفنية والخطوات التعليمية وكيفية استكشاف الأخطاء وتصحيحها؛ كما يتضمن هذا المؤلف أنماط سلوكية معينة مثل التذكر أو بناء المفاهيم، فالأهداف.

فالأهداف المعرفية للكرة الطائرة الشاطئية تتضمن حقائق ومفاهيم وقوانين خاصة بقواعد والقوانين المنظمة للعبة، والتي قد تكون مشتركة في الكرة الطائرة المعتادة في بعض النواحي ومختلفة في الكرة الطائرة الشاطئية في بعض النواحي الأخرى.

وذلك كله في حوالي واحد وعشرون فصلا بحيث تناول الفصل الأول تقديم للكرة الطائرة الشاطئية، وتاريخها والحاجة إلى تفكير فلسفي لها، بينما تناول الفصل الثاني الكرة الطائرة الشاطئية وإشباع الحاجات النفسية وكذلك الأنماط السلوكية الناجمة عن الممارسة، ومقومات الكرة الطائرة الشاطئية

كظاهرة اجتماعية، فى حين احتوى الفصل الثالث الكرة الطائرة الشاطئية للجنسين، وأهميتها للاسترخاء والأسرة، كما تضمن الفصل الرابع الكرة الطائرة الشاطئية كأحد الأنشطة الترويحية، أيضاً مكانتها من مشكلات المجتمع المعاصر، وفى الفصل الخامس تناول المؤلف دوافع ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، ثم فى الفصل السادس أحداث هامة، ثم الفصل السابع، أوضحنا أنها ليست جنس على الشاطئ، وما بين الفصل الثانى إلى الحادى عشر دورات الكرة الشاطئية بداية من ١٩٩٢ حتى ٢٠٠٢.

وفى الفصل الثانى عشر أفكار أراء حول الأداءات الأكثر شيوعاً فى الشاطئية، ومع بداية الفصل الثالث عشر وحتى الفصل التاسع عشر تناولنا الأداءات المهارية الأكثر شيوعاً فى الكرة الطائرة الشاطئية والتحليل الحركى لمراحلها الفنية وكيفية استكشاف أخطائها الفنية وبين طيات هذه المواضيع أشرنا إلى أحدث ما كتب عن الأداءات الفنية فى الكرة الشاطئية، وفى الختام ولإتمام الحقائق والمفاهيم المعرفية أشرنا إلى القواعد والقوانين الرسمية المنظمة لهذه اللعبة من خلال ما وضعه الاتحاد الدولى فى هذا الشأن.

وفى نهاية تقديمى هذا أتوجه إلى الله العلى القدير سبحانه وتعالى أن يكون مؤلفى هذا حقق الهدف الموضوع من أجله.

كما أننى أتوجه بجزيل الشكر والامتنان والتقدير والوفاء إلى الأخ الفاضل الأستاذ/ على عبد السلام الذى أشرف على كتابة وإخراج مؤلفى هذا فى هذه الصورة المتميزة الرائعة. كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى المهندس/ هيثم شتا المدير المسئول عن المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع بالإسكندرية كأحد دور النشر المتميزة بمحافظة الإسكندرية التى شرفت بنشر مؤلفاتى من خلالها كما أشيد بكل ما بذل من الجهد والعرفان والعرق فى إخراج هذا الكتاب فى صورته النهائية... ولئن كنا عاجزين عن شكر الجميع. الله خير جزاء.

المؤلف

الأستاذ الدكتور/ زكي محمد محمد حسن

فهرس الكتاب

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الفصل الثاني عشر
أفكار وآراء حول الأداء المهاري

الفصل الثالث عشر
الأدوات المهارية في الكرة الطائرة الشاطئية

الموضوع **الصفحة**

الفصل الرابع عشر

التمرير

الفصل الخامس عشر

الإرسال

الفصل السادس عشر

الإعداد

الموضوع	الصفحة

الفصل السابع عشر
الهجوم والضرب

الفصل الثامن عشر
الصد

الفصل الأول
الكرة الطائرة الشاطئية

- ❖ تقديم – الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ تاريخ الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ الحاجة إلى تفكير فلسفى للكرة الطائرة (المعتادة) ، والكرة الطائرة الشاطئية

Dear's Coaches

Dear's Players

Remember this means:

"The great power come from the great Responsibility".

Author

Prof. D. Zaki. M. Hassan

الكرة الطائرة الشاطئية

تقديـــم

مازالت لعبة الكرة الطائرة بأنواعها وأشكالها وما تتضمنه مــن فلسفة ومفاهيم خاصة بها غير واضحة المعالم للكثيرين من العاملين في مجال التدريس أو التدريب بصفة خاصة، وكذلك بعض العاملين والمهتمين برعاية الشباب والرياضة بصفة عامة، حيث مازال الأساس المعرفي لهذه اللعبة داخل المجتمع المصري في التطوير والتحديث، خاصة بعدما مرت عبر السنوات والقرون الماضية بدور التكوين والنشأة، إلى أن وصلت إلى ما وصلت إليه من العالمية، ولهذا فإن الإقتناع بهذه اللعبة ومساواتها ببعض الألعاب الأخرى ككرة السلة وكرة اليد، داخل ج.م.ع. ، وكذلك في الوطن العربي والإفريقــي في رأيي الشخص لم يتم نضجه بعد والدليل على ذلك عدم وصولها إلى درجة العالمية، التي وصلت إليها بعض القارات الأخرى.

وتعتبر الكرة الطائرة الشاطئية شكلا آخر من أشكال الكرة الطائرة المعتادة، والمعروفة لنا جميعا، والتي يحاول الآن الاتحاد الدولي من جهة ومعه الاتحادات القارية وما يتبعها من اتحادات إقليمية له من جهة أخرى أن يعمل جاهدا وباستمرار على تنميتها، وتطويرها وتنشأتها مع تثبيتها، لتسير على قدم المساواة مع الكرة الطائرة المعتادة، والتي نعرفها جميعا، وحتى يستفيد منها هؤلاء الراغبون في التعرف على شكل آخر من أشكال الكرة الطائرة، وذلك من خلال الممارسة، وكذلك يستفيد منها أيضا هؤلاء الذين سبق لهم ومارسوا الكرة الطائرة المعتادةوأعتزلوها، أو حالت الظروف دون دوام ممارستها.

وبالطبع ذلك كله بما يتفق مع قيم المجتمعات المختلفة وفلسفتها المتباينة نحو ممارسة هذا النوع بشكل آخر من أشكال ألعاب الكرة، وأيضا بما

يتفق والمراحل السنية المختلفة والاهتمامات المتعاونة بين الأفراد، سواء من جنس أو سن واحد، أو حتى من كلا الجنسين معا، والخاصة بهم من جهة، ورغباتهم وميولهم ودوافعهم البشرية المتباينة من جهة أخرى.

وذلك كله بالطبع بهدف تحقيق أقصى استفادة ممكنة من خلال ممارستها خلال أوقات معينة، سواء كانت هذه الأوقات تمثل تراكمات حجم أوقات الفراغ معينة، أو من خلال طقس معين (صيفا)، مثلا الجو الحار وما يعقبه من إفراز كميات عرق، نتيجة الجهد المبذول خلال حياتنا اليومية، أو نتيجة الممارسة لواجباتنا ومتطلبات حياتنا اليومية، أو نتيجة ما يسببه هذا الطقس من خمول، خاصة وبعد انتشار المستحدثات الالكترونية التي توفر المجهود العضلي، والتي نجدها متمثلة في وسائل النقل المريح مع كثرة الجلوس على المكاتب، ... الخ.

سوف نجد أن كلها أمور تتطلب ضرورة إعادة اللياقة البدنية اللازمة والتي رأى البعض أن ممارسة نشاط الكرة الطائرة الشاطئية في مثل هذا الجو الصيفي، سوف يساعد وبصفة أساسية، على شغل وقت الفراغ بطريقة صحية، ويبعد الخمول، ويساعد على حرق الكثير من السعرات الحرارية بطريقة تقلل من تراكم الدهون حول مناطق معينة في الجسم، أي بصفة عامة تعمل الكرة الطائرة الشاطئية على إعادة التوازن البدني للفرد من خلاص ممارسة هذا النوع الفريد، من الألعاب الشاطئية، كما يفضل البعض الآخر أن يطلق عليها.

فلعبة الكرة الطائرة بنوعيها وأشكالها العادية المعتادة والشاطئية كأي نشاط رياضي يؤثر على جوانب السلوك الإنساني لكي يتغير باستمرار، كما تتغير بالتالي الاتجاهات الخاصة بالأفراد نحو هذه اللعبة (أو النشاط)، ولا يكتفى بذلك فقط، بل تتغير درجة المشاركة فيه، حيث كانت ومازالت هناك تغيرات كثيرة تحدث ومازالت تحدث في لعبة الكرة الطائرة، وذلك من قديم الزمان (فترة بعيدة)، وإلى وقتنا الحالي، والهدف هنا بالطبع واضحا، ومتمثلا في الوصول بها أكثر وأكثر مما هي عليه الآن إلى العالمية وتحقيق الشعبية المطلقة.

من أصل المصدر

حيث كان وكما هو معروف أنه حلال مراحا
والمعرفي والاجتماعي المبكر، للكائن البشري. كانت
أحد الأجزاء المكملة للنشاط الحركي أو الرياضي، الذي
وقت أو أي مكان وزمان، سواء كان ذلك في الملاعب المفر
بمعنى آخر داخل الصالات أو خارجها، على الشواطئ أو بجوارها
بالطبع بهدف تحقيق وإتمام المتعة، وفي أي وقت مادامت الظروف ملا
أن يتم ذلك في ظرف وبيئة صحية ملائمة وجو مناسب.

وذلك من منطلق حيوي وهام، ألا وهو أن اللعب أي كان مظهره له دوره المؤثر في حياة الإنسان، خاصة تلك الألعاب التي تدعم النشاط البدني، والذي يمثل هدف وغاية فيحد ذاته بالإضافة إلى أنه وسيلة لرفع مستوى اللياقة البدنية الطبيعية، التي تمثل راحة البال في نفوس الممارسين من الجنسين في مختلف المراحل السنية المختلفة.

تاريخ الكرة الطائرة الشاطئية
A history of Beach volleyball

يرتبط تاريخ نشأة الكرة الطائرة الشاطئية بنشأة الوكالات المحلية والفيدرالية في جميع أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية، وكان العامل الأساسي - كان كأي تفكير منطقي خاص، باستغلال بعض أموال الضرائب في تنمية التسهيلات الترويحية، وإقامتها من أجل توفير فرص ترويحية أفضل لعامة الشعب، وكان هذا التفكير بالطبع يقابل بثورة عارمة، وكان ذلك في الفترات ما قبل ١٨٨٠، ولكن مع بداية المرحلة الثالثة والتي أطلق عليها خبراء علم الترويح فترة المشاركة الحكومية والتي كانت منذ عام ١٨٨٠ إلى ١٩٠٠، بدأت المساهمات الحكومية في الترويح تتزايد تدريجيا، وخاصة في الولايات المتحدة (٨٠) مدينة، ويتركز عملها على إدارة المتنزهات العامة رسميا، وعرفت مساحات لعب الأطفال باسم حدائق الرمال ***sand garden***، ويقال أنه بجانب ذلك هناك في هذه الفترة بعض من المساحات الشاسعة خاصة برياضات الكبار مثل كرة السلة الزائعة الصيت – في ذلك الوقت وشكل محدود للكرة الطائرة في المتنزهات، التي كانت تتسم بالصبغة العائلية بصورة أكثر.

وكان في معظم الأحوال يخصص لها (لهذه المساحات) هيئته من العاملين وكذلك الميزانيات للإنفاق على صيانة وتجميل المتنزهات الرئيسية ومساحات اللعب المختلفة، من حيث إضاءتها، وتحديد مساحتها بأسوار وشبائك، وتقسيمها إلى أكثر من ملعب.

فمثلا في مدينة نيويورك، نجدهم قد خصصوا أكثر من مليون دولار للإنفاق على تحديث المتنزهات ومساحات اللعب في ذلك الوقت، كما كان مطلب إنشاء ملاعب للعب في المدارس امرا حتميا وضروريا، كما تم إنشاء كورنيش ترويحي على طول ضفاف الأنهار، مارس عليه المستمتعون بهذا الجو

العديد من الأنشطة الرياضية والترويحية مثل أنشطة السباحة، والكرة الطائرة الشاطئية، والتي كانت في ذلك الوقت غير محددة المعالم.

وعلى العموم كان العامل الأساسي لاشتراك هذه الحكومات والمؤسسات والتنظيمات الخاصة، هو تحسين الفرص الترويحية لعامة الناس وانتشار رقعة ممارستها، وذلك كله بهدف الاشتراك في الترويح والتربية البدنية وأنشطتها المختلفة، اقتناعا منهم بأهمية ممارستها ومنافعها بالنسبة لكل من الصحة والبدن ونمو شخصياتهم.

الأمر الذي أدى سريعا إلى سريان اتجاه معنوي بين الأفراد والمؤيدين لأهمية الترويج والتربية البدنية.

والذي كان غالبا ما يقف آنذاك في مواجهة السلوك غير الاجتماعي كالتدخين الشره، وشرب الكحوليات، وممارسة الميسر، إلخ. وجميعها ظواهر غير اجتماعية تعمل على ضياع الشباب.

وفي عام ١٩٠٦ ظهر جوزيف لي ***Gozef - lee***، كقائد ترويحي لهذه الحقبة، فعمل على إنشاء ملاعب عديدة بمدينة بوسطن ***Boston***، وأسس منذ هذا التاريخ رابطة الملاعب الأمريكية، التي تحولت فيما بعد إلى رابطة الترويج القومي والمتنزهات، ومع نهاية هذه المرحلة اشترك عدد ضخم من الناس في أشكال متنوعة وعريضة من الأنشطة الترويحية.

وفي بداية القرن العشرين، والمعروف لدى المتخصصين في مجال الترويح بالمرحلة الرابعة، التي تراوحت من عام (١٩٠٠) إلى (١٩٢٠) (بداية مولد الكرة الطائرة الشاطئية)، أنشأت الوكالات المحلية والفيدرالية والتي كانت تعتمد على استخدام الاعتمادات المالية لتقديم الخدمات الترويحية، وكان الجماعات شبه العامة، وخاصة الكشافة وأندية الصبيان، قد وسعت وأتاحت المزيد من الفرص أمام الشباب في العديد من المدن، كما أن التسهيلات والإمدادات التي أتيحت من خلال قيادات خاصة بعد الحرب العالمية الأولى،

فاقبل الشاب على ممارس شتى الأنشطة الترويحية والرياضية عن اقتناع تام بأهميتها.

والمهم هنا أنه في هذه الفترة شهدت حركة نمو إدارة المحليات للنشاط الترويحي قليلا من التقدم خلال هذه الفترة فازدهرت حركة المتنزهات القومية، وأخذت في الانتشار كما وعدوا في ربوع الولايات المتحدة الأمريكية، وكما كانت توقعات الأفراد من جموع الناس ومن الحكومة متمثلة في هذه الوكالات المحلية والفيدرالية، من خلال حركة المتنزهات القومية زادت بسرعة حركة ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية، فقد امتلئت المتنزهات برياضات المشي (الركض)، والجري، وكرة السلة، والكرة الطائرة المعتادة داخل هذه المتنزهات بجوار طبعا بعض الأنشطة الترويحية، كالجلوس والتمتع والتأمل مع القراءة في أحضان هذه المتنزهات.

كما تضمنت هذه الفترة والتي امتدت من عام ١٩٢٠ إلى عام ١٩٤٠، والمعروفة لدى رجال الترويح بالفترة الخامسة التي تميزت (بمرحلة الإحباط – القحط – التحفظ)، وذلك نتيجة وجود وحدوث بعض المتغيرات الاجتماعية المتباينة، وفي هذه الفترة اشتهرت لعبة البيسبول، (الكرة القاعدة)، وهي اللعبة الأمريكية القديمة، كما تزاحم الناس على ممارسة ومشاهدة كرة القدم الأمريكية سواء طلبة الكليات أو المحترفين، مثل تزاحمهم على سباق الخيل او الكلاب أو السيارات أو ملاكمة المحترفين.

كما ظهرت أنشطة جديدة مثل ماراثون الرقص (الرقص لفترة طويلة) والتي قوبلت بحماس وانتشرت بسرعة حتى أبعد الأماكن كما ظهرت الكرة الطائرة الشاطئية وزادت ممارستها على الشواطئ آنذاك.

وتعتبر هذه الفترة منذ عام ١٩٢٠ هي فترة المولد الحقيقي للكرة الطائرة الشاطئية خاصة على شواطئ كاليفورنيا، فقد مارسها العديد من الأفراد من الجنسين، والتف حولها جمهور غفير، حيث لاقت استحسان ونتيجة هذا الاستحسان، نظمت اللقاءات والمباريات ولكن ليست بالصورة التي عليها الآن،

وإن كانت في هـذه الفـترة حـاول البعـض جـاهدا أن يسـتغل الإثـارة أفضـل استغلال ويهيئ لهذا الحدث أفضل تنظيم، وأكبر عدد من المشاهدين من خلال الدعاية والإعلان، وكنتيجة ذلك اشترك العديد من الشباب (الرجال) بصورة أكثر عن السيدات.

وفي هذا الصدد يجب ضرورة الإشارة إلى حقيقة هامة جدا أنه قبل هذا التاريخ (١٩٢٠) وعلى شاطئ كاليفورنيا، التي مارست فيها الكرة الطائرة. كانت أول مباراة للكرة لعبت للكرة الطائرة الشاطئية، كانت قد لعبت على رمال نادي أورتيجر هاواي – كانوي (نادي زوارق الكانوي – هاواي) الخفيفة، وكان ذلك عام ١٩١٥.

The beach volleyball game was played on the sands for the fist time at Hawaii's Outrigger canoe club in 1915.

ونتيجة لتزايد عمل المرأة في ذلك الوقت، وفي الوظائف الشاقة في مجالات عريضة، ومتنوعة تغيرت صورة المرأة الفكتورية، (التي تعود إلى الملكية فيكتوريا، المتحفظة)، فأصبح في مقدور المرأو وقتها أن تمارس السباحة – وركوب الدراجات، وتبني المخيمات بقدر من النشاط والحرية، وذلك في ملابس ذات قدر كبير من الإحتشام، حيث كان عليها (المرأة أو السيدة)، أن تستمر في مواجهة الاتجاهات المحافظة والتحديات التي تعارض اشتراكها في المسابقات الرياضية، حتى أنها عندما أشتركت في سباق الميدان والمضمار في أولمبياد (١٩٢٨)، قوبلت بمعارضة شديدة من جميع الجمعيات الرياضية النسائية، بما في ذلك أكبر هذه الجماعات (جماعة المرأة الرياضية) وهي أحد فروع الجمعية الأمريكية للتربية البدنية التي صارت فيما بعد الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح ***AAHBAR***.

فقد كان الاتجاه السائد يعتبر أنه لا مانع من ممارسة المرأة لكن ليس في شكل منافسات رياضية، وأصبح نشاط المرأة على ممارسة النشاط بصورة ترويحية، فمارست الرياضات التي تناسبها مثل رياضة المشي والجري، وخاصة في الحدائق والمتنزهات التي كانت تكثر بها المسطحات الخضراء، وقد حاول

البعض أن يستغل القصور الخاص بلعبة الكرة الطائرة داخل الصالات لتكون مسهمة أو تسهم بجهد مشترك في إدراك الفهم ووضع التصور الأولي عن الكرة الطائرة الشاطئية.

وهنا نلاحظ أن المرأة في ذلك اقتنعت بصورة كبيرة بممارسة تلك اللعبة المشابهة لكرة الطائرة المعتادة في العديد عن المهارات وأقبلت على ممارستها داخل المتنزهات، أولا، وفي أيام الجو المعتدل أو المشمس، ثم انتقلت وأقبلت على ممارستها عن اقتناع بجوار الشواطئ.

وفي المرحلة السابعة ١٩٦٠-١٩٧٠، والتي يقول عنها أمين الخولي ذروة الانتفاضة الثانية للترويح، حيث تضافرت الجهود لتجعل هذه الفترة متميزة في الترويح، فيشير نفس الكاتب السابق أن الرئيس الأمريكي جون كنيدي، رئيس الولايات المتحدة الأمريكية في ذلك الوقت، قد ألقى خطابا خاصا للكونجرس تضمن أغلب التوصيات التي قدمها الكتب الفيدرالي لترويح الخلاء على كل المستويات، وقد تشكلت اللجان فورا لحماية المياه بالأراضي لتقديم الضمانات لتشجيع برامج الترويح المحلي والفيدرالي والعمل على نشرها.

واتخذت الإجراءات التي تخص الترويح الحضري، والتخطيط له والمتمثل في إنجاز بعض المساحات المفتوحة الحضارية، ونتيجة لهذه الإجراءات انتشرت العديد من الرياضات والأنشطة الرياضية وامتلئت المتنزهات والحدائق ذات المساحات الخضراء، بالشباب والشابات من ممارسي الرياضات المختلفة مثل الجري وركوب الدراجات والمشي، والجري، والخلاء، وكرة القاعدة (البيسبول)، (وكرة السلة)، وكذلك الكرة الطائرة المعتادة ولكن ممارستها كنشاط ترويحي يتم في الحدائق، التي سرعان ما انتقلت إلى الشواطئ خاصة في المدن التي بجوار المياه.

وفي هذا الصدد يجدر الإشارة إلى السنوات الذهبية تحديدا في العام ١٩٥٠- والتي أطلق عليها ***Golden year's of the 1950*** حيث ازداد الإقبال على ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية وزاد الاهتمام بها، وأقبل عليها العديد من

الممارسين والممارسات في مختلف الأعمار من الجنسين ونظمت لها اللقاءات الدورية والموسمية وبطولات الشواطئ.

وامتد هذا الاهتمام ليصل أعلى درجة في الفترة التي ذكرتها مؤخرا من عام (١٩٦٠ إلى ١٩٧٠)، فأتيحت المباريات الرياضية في الكرة الطائرة الشاطئية، وكانت هذه المباريات مهمة للحكم على سنوات المراهقة للشباب فائقي الجمال في الأداء أو بمعنى آخر أن هذه السنوات (١٩٦٠ إلى ١٩٧٠)، مثلت خير حكم على أداء الشباب فائق الجمال الممارس للكرة الطائرة الشاطئية، (التي اتسم أدائه بالقوة والإثارة والمتعة وروعة الأداء).

Referred to as the "Adolescent year's of beach volleyball.

ورغم أن الاهتمام بتغطية الأداءات أي بإبراز الأداءات الأكثر شهرة منذ عام ١٩١٤ إلى أن في هذه الفترة اهتمت وزاد الاهتمام بتغطية الشخصية الرياضية الأكثر شهرة من اللاعبين واللاعبات في مجال الكرة الطائرة الشاطئية، وعن الشهرة، التي كانت خاصة بالأداءات الأكثر شهرة، في الكرة الطائرة الشاطئية هي التي كانت تمنح بمن هم لاعبي القمة - ما هي أفضل الفرق - أفضل المباريات - أفضل المعدين - أفضل لاعبي البرنامج - أفضل لاعبي الصد... إلخ.

المهم، أنه في الفترة من ١٩٦٠ إلى ١٩٧٠، حدث تقدم كبير خلال هذه الفترة على مستوى الولاية الواحدة، فقد سمحت الولايات ذات التعداد الكبير من السكان باعتماد لتمويل التوسعة في نظام المتنزهات، (خاصة عندما لاحظ مدى إقبال الناس على شغلها بالأنشطة المتعددة)، وغيرها من مصادر ترويح الولاية فقد أنشئت أعداد كبيرة من مناطق التنزه والأراضي المعدة للمجتمعات والشواطئ، وفي الأخيرة (الشواطئ) أظهرت أنشطة ركوب الأمواج، في بعض البلدان إن لم يكن معظمها، والسباحة وركوب المراكب الشراعية، والسريعة (اللنشات)، والتزحلق على الماء، وبجوار الماء (على الشواطئ) مورست الكرة الطائرة لعدد أكبر وأوسع وانتشرت بطريقة ملفتة، الأمر الذي دعى

الاتحادات (أو المناطق) الخاصة بكل ولاية أن تنظم البطولات واللقاءات، والتي احتضنت رعايتها العديد من الشركات، *respires company's* فزاد من أهميتها كحدث صيفي شاطئ ينظره الرياضيين والمشاهدين بشغف كل صيف.

ومنذ عام ١٩٧٠ إلى الآن والمعروف لدى متخصصي الترويح بأنه عصر البيئة والبساطة، كانت حركة المحافظة على البيئة قد عرفت، كما بدأت العديد من إبداع البيئة الموجهة، وأنه قد حصل في منتصف هذه الفترة (السبعينيات) أمور هامة، يجدر الإشارة إليها لارتباطها بالموضوع، والتي منها حدوث تراجع اقتصادي، والتي نتج عنه الحد من شراء السيارات وبعض الأداءات الترويحية مثل (عربات المكان (العربات المتطورة وعربات النوم... إلخ) الأمر الذي أدى إلى التراجع الاقتصادي وظهور تناقض واضح في برامج الترويح الذي يعتمد بصورة أكثر على الآلة.

وخلاصة هذا، أنه كان من آثار الأزمة الاقتصادية أن انتشرت ظاهرة المشي والجري والدراجات، واتجه الناس إلى البحث عن رياضات وأنشطة وألعاب غير مكلفة، فزاد الإقبال بصورة أكبر على أنشطة كرة السلة والكرة الطائرة الشاطئية، والكرة الطائرة المعتادة، بجوار الأنشطة الرياضية الأخرى التي تمثل تاريخ الولايات المتحدة الأمريكية الرياضي، مثل كرة البيسبول، والرمي وكرة السلة، وهوكي الانزلاق (الشتوي)... إلخ، وكان ذلك في كل من كندا والولايات المتحدة الأمريكية.

وعموما، وأيضا من هذا المنطلق (منطلق الأزمة الاقتصادية) رغب الكثير من الأفراد (الناس) في تبسيط أسلوب معيشتهم، وخاصة الشباب والشابات، فأقبلوا على الممارسات الرياضية قليلة (أو عديمة التكاليف)، إيمانا منهم بأهمية ممارسة النشاط الرياضي وتأثيره على اللياقة البدنية.

ويجدر الإشارة إلى أن هذه الحركة قد واكبت انتشارا سريعا للمفاهيم البيئية والوعي لها. وظهر الاهتمام والفوائد الصحية للأنشطة البدنية والتي كان من أهم مظاهرها انتشار (الهرولة) (الجري في الطرقات) أو في الضواحي

الجري الاهتزازي والخفيف *jogging*، وغيرها من الرياضات مثل الكـرة الطـائرة الشاطئية التي لاقت استحسان سواء من القبول الزائد على ممارستها أو لاشـتراك في بطولاتها، أو مشاهدتها، أو مـن ناحية زيـادة عـدد الشـركات الراعيـة لهـذه البطولات.

الحاجة إلى تفكير فلسفي للكرة الطائرة (المعتادة) و الكرة الطائرة الشاطئية

بالنظرة الواقعية إلى العديد من الأنشطة والألعاب الرياضية، ومن وجهة نظري الشخصية فإنني أرى أن الكرة الطائرة تواجه ما تواجهه العديد من الأنشطة والألعاب الرياضية والبدنية، سواء من ناحية إدراك العديد من المفاهيم الخاصة بطبيعة كل نشاط رياضي أو بدني، فمنهم (المتخصصين) من يريد أن يرتب الأنشطة والألعاب بترتيب الأهمية، ومنهم ما يريد أن يضعها وينظمها في ضوء مقابلة احتياجات وإشباع دوافع الفرد، ومنهم من يصنفها حسب الأنماط، ومنهم من يقسمها حسب الشعبية أو الإمكانيات أو حسب ما تقابله من تحديات وصعوبات في تنفيذ برامجها التربوية التي تعمل على تحقيق الأهداف المنشودة من ممارسة اللعبة من جهة، وضعف الإمكانات وعدم الاكتراث بأهمية هذه البرامج من جهة أخرى.

علاوة على عدم توافر المدرب المؤهل كما ينبغي والذي يجب أن يهتم بواجباته التخصصية، وإن كان الاتحاد الدولي للكرة الطائرة والاتحاد الأمريكي للكرة الطائرة، متضامنين مع الاتحادات الإقليمية، يحاولون جاهدين خلق المدرب الواعي بطبيعة المهنة من جهة وطبيعة نشاطه التخصصي وفلسفته، ومدى إشباعه لحاجات وميول ورغبات ممارسيه من جهة أخرى.

وعلى العموم فإنني في هذه النقطة بالذات الخاصة بتحديد المفاهيم الخاصة بطبيعة النشاط وخلق المدرب الواعي سوف أرى وفي رأيي الشخصي أنها مجهودات جديرة بالاحترام، جميعها يحاول أن يفرق بين المستويات

المختلفة للمدرب، من خلال تحديد مفهوم واضح للمدرب الكرة الطائرة الناجح.

وبالطبع هذا لا يتأتى إلا من خلال نظام ومستوى علمي ومعرفي جيد، يجب أن يتمتع به، حتى نستطيع أن نجزم بأن ما يحققه من نتائج ليس وليدا لصدفة، أو أن لاعبيه يمثلون ظاهرة تستحق الدراسة، أو أنهم من الممكن أن يكونوا أفضل، حيث أنهم لم يأخذوا حظهم من التأهيل النظري والتطبيق العملي المتعمق، أنها قضايا ووقفات كثيرة آن الأوان أن نطرحها وتدعونا أن نلجأ أولا إلى محاولة تحديد فلسفة خاصة لكل من الطائرة (المعتادة) والكرة الطائرة الشاطئية، حتى نتعرف على الحقيقة الهامة لفلسفتها، ونضع من خلالها النقاط على الحروف.

ويمكن تلخيص الدور الذي يمكن أن نلعبه الحاجة إلى فلسفة الكرة الطائرة المعتادة الشاطئية نظرا لتشابه الأداء المهاري رغم اختلاف الوسط البيئي للممارسة كنشاط بدني، بحيث يخرج بعدا يمكن أن يتمثل في الآتي:

١- تحديد المعالم الرئيسية لطبيعة الكرة الطائرة بنوعيها، وهل هي لعبة أو نشاط رياضي، أو ظاهرة اجتماعية للتسلية.

٢- الدراسة الناقدة للنظريات والألعاب التنافسية وكذا النظريات التي تبلورها العلوم المرتبطة بهذه الألعاب سواء علم التشريح، الفسيولوجي، التدريب الرياضي الميكانيكا الحيوية... إلخ.

٣- الاهتمام بقضايا التبصر لهذه اللعبة وصياغة القوانين والقواعد والمواد المنظمة لطريقة ممارستها، وكذا النظريات المساهمة في تطبيقها أو الخاصة بها.

٤- المعاونة في صياغة واشتقاق أهداف من هذه اللعبة بأشكالها المختلفة، بحيث أن يكون تحقيقها بما يتفق وفلسفة الجميع.

٥- مناقشة القضايا المختلفة باللعبة ومشاكلها من خلال تقويم أو تقويم الافتراضات المطروحة لحل هذه المشاكل والحلول ومناهج التفكير والبحث.

٦- الارتقاء بالفكر الخاص باللعبة سواء كانت تحقق نشاط بدني أو لعبة ترويحية في ضوء الفلسفة الخاصة بكل مجتمع.

٧- تحديد المفاهيم والمصطلحات الأساسية والتعريفات المستخدمة في مجال الكرة الطائرة.

ومن خلال عرض ومناقشة مجموعة النقاط التي تمثل بعدا حيويا نستطيع من خلاله أن نحدد فلسفة خاصة بالكرة الطائرة بنوعيها، بمعنى آخر يمكننا القول ونخرج بفلسفة خاصة بهذه اللعبة، والتى من الممكن أن تتمثل هذه الفلسفة الخاصة بنوعي أو شكلي الكرة الطائرة المعتادة والشاطئية في نظري لصعوبة الفصل بينهما بسبب تشابه الأداء المهاري يتمثل في الآتي:

- أنها لعبة (أو نشاط) بدني تساعد الفرد في تحقيق النمو الكامل المتزن.
- أنها لعبة تفجر الطاقات الموجودة لهذا الفرد.
- تساعده (الفرد) في التكيف المستمر مع بيئته خاصة إذا ما خرجت كنشاط اجتماعي.
- إعداد الفرد للحياة المعاصرة المستقلة.
- أنها تساهم في إعادة بناء الخبرة الاجتماعية من خلال الممارسة الجماعية التي تعمل بالتالي على تطوير المجتمع الذي يعيش فيه.
- هي استثمار جيد لوقت الفراغ، وليست مجرد وسيلة لشغل وقت الفراغ.
- تحقق للفرد العديد من الفوائد النفعية والتكيفات الوظيفية.
- يمكن أن تحقق للفرد مفهوم آخر، يتفق ومفهوم اللياقة البدنية، ألا وهو اللياقة الشاملة.

- إعلاء الخبرة الترويحية للفرد من خلال ممارسة صورها المختلفة (المعتادة) الشاطئية) (المائية).
- الاهتمام بتحقيق التكيف البدني والوظيفي من خلال زيادة الجرعات التدريبية لإضفاء نوع من التفاعل بين الناحية الوظيفية والنشاط.
- عند ممارستها اجتماعيا وترويحيا، فهي تحقق للفرد حياة سارة خالية من الآلام، تمكنه من مجابهة العديد من مشاكل ومصاعب الحياة.
- تؤكد على أنها من خلال ممارستها تحقق عناصر الحب والأمن الانفعالي والفهم.
- تساعده (الفرد) على التحرر من الخوف والقلق والوحدة.
- تكفل له الحياة الطبيعية واحترام الفردية الإسانية.
- تسمح له بإنجاز الأعمال والمهام التي تطلب منه في حياته اليومية العادية بشيء من التفاؤل.
- هي تمثل لعبة (ونشاط بدني وعقلي ووظيفي ونفسي وصحي) عند ممارستها لا تتعارض مع التأدية الناجحة للوظائف الأخرى الشخصية الضرورية.

الفصل الثانى
الكرة الطائرة وإشباع الحاجات

- ❖ الكرة الطائرة والكرة الطائرة الشاطئية وإشباع الحاجات النفسية
- ❖ *Volleyball and Beach Volleyball and psychological needs*
- ❖ الأنماط السلوكية الناجمة عن ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ *Behavior Types of participiction Beach Volleyball*
- ❖ المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بالكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ *The Concepts Socialization Related with Beach Volleyball*
- ❖ مقومات الكرة الطائرة الشاطئية (كظاهرة إجتماعية)
- ❖ *Voluations of Beach Volleyball as socialztion pehenomenology*

الكرة الطائرة والكرة الطائرة الشاطئية
وإشباع الحاجات النفسية
Volleyball and Beach volleyball and psychologicals needs

تحقق ممارسة أو مزاولة لعبة الكرة الطائرة بأشكالها المتعددة، العديد من الحاجات الإنسانية، والتي تتفق في العادة والحاجات النفسية وذلك عند ممارستها، والتي منها كل من:

- **الحاجات الفسيولوجية** ***Physiological needs***

حيث تعمل على تحسين الكفاءة الوظيفية لجميع أجهزة الجسم الحيوية الداخلية والخارجية، والتي تنعكس على المظهر للشكل الجسمي العام، حيث تصبغ، بممارسيها بصبغة تفرقهم عن الأفراد العاديين من حيث الشكل أو التكوين.

- **الحاجات الاجتماعية** ***Social needs***

فهي تشبع حاجات وميول الأفراد الاجتماعية من خلال تحقيق الحاجة إلى الاشتراك في جماعة الفريق، وبما يحقق القبول الاجتماعي مع باقي أفراد الفريق، والقدرة على التأني بالأخذ والعطاء وبذل الجهد في سبيل مصلحة الجماعة مع الاستمرار في العطاء المتبادل، وتوطيد أواصر الصداقة، بمعنى آخر تحقيق أقصى درجات التكافؤ الاجتماعي للفرد، والذي ربما لا يستطيع أن يحققه في حياته العادية.

- **الحب والانتماء أو الحب والاحتياجات الخاصة**

Love and la unity or love an belonging needs

عادة ما يشعر الفرد أو الكائن البشري، بأن لديه الدافع أو الحافز لكي يشعر بمحاولة إخراج إفرازات هذا الدافع الذي يساعد على تحقيقه بالحب والانتماء، وعليه، فإنه يمكن القول بأنه عندما تتحقق الحاجات الفسيولوجية والأمنية لذلك الفرد أو الكائن البشري، فإنه يشعر بأنه قد أشبع الحاجات المتصلة بالحب والانتماء، ويتجلى ذلك واضحا عند ممارسة الكرة الطائرة بنوعيها، وخاصة عند ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، فنحن نرى اللاعبان يحركهما دافع (حافز) داخلي يحرضهما على بذل مزيد من الجهود والعطاء، في محاولة إرضاء إشباع هذا الدافع الداخلي، ومن جهة أخرى إشباع حاجة الحب الخاص بالانتماء عندما يمثلا بلادهما التمثيل الجيد، ومن ناحية أخرى في الكرة الطائرة الشاطئية، نجد أنه بجوار إشباع الحاجة والحوافز الفسيولوجية.

نحن نجد أن قيمة الجوائز المادية والتي تتراوح بملايين الدولارات الأمريكية، (التي من الممكن أن خلالها أنه ربما يقسم اللاعبان الشريكان مبلغ لا يقل عن ١٥,٠٠٠، إلى أن تصل إلى ٢٥٠,٠٠٠ دولار)، من الممكن أن تشكل أمرا حيويا في الدوافع والحوافز الداخلية للفرد ولمحاولة تحقيق أكبر قدر من هذه الاستفادة المادية، فنجد أن كلا اللاعبان يستميتا في بذل أقصى جهد في سبيل قهر اللاعبان الخصمان (المتضادان)، وذلك يمكن ملاحظة من خلال إخراج أكبر قدرة من المهارات الفنية في صورة رائعة تتسم بقوة الأداء وروعته مع الإثارة، فهناك قوة في ضرب الإرسال والضرب الهجومي وقوة في أداء حائط صد،ومحاولات ندائية من خلال مهارات الدفاع العميق والغطس الدفاع الطائر.. إلخ، وكلها نعتبرها إفرازات آدائية لإشباع الدافع نحو الفوز.

- **الذات** ***Self actualization***

نحن نجد أن كل فرد منا يحتاج إلى تحقيق ذاته، بمعنى أن الفرد بحاجة إلى أداء ما هو قادر على أدائه، حتى يتحقق بالتالي ذاته، ويدرك ما في

نفسه أو وسعه من أقصى قدرات واستطاعات، والتي تمثل مجموعة مقدوراته الكامنة، وفي الكرة الطائرة، نحن نجد أن هذا الأمر يتجلى واضحا في الكرة الطائرة الشاطئية، حيث أن اللاعبان يتحركان في الملعب بدقة فائقة، محاولا كل منهما إبراز وإخراج أفضل الإمكانيات لهما اللحظات الحاسمة من المباراة، أو حتى طوال المباراة، وذلك في محاولة إلحاق الهزيمة بلاعبا الخصم الآخران، فثمرة القدرة الكاملة على السيطرة على الملعب بتقنية وتكتيك فردي جيد لكلا اللاعبان كل على حدة، وتوزيع رائع لهذا التكتيك عليهما (اللاعبان) مرة أخرى في الملعب، نحن نرى أنها كلها محاولات رائعة جديرة بالاحترام نحو تحقيق الذات.

- **الحاجات إلى المعرفة والفهم**

Knowledge and understanding

إن الحاجة رفيعة المستوى للأفراد تتضمن الرغبة في إشباع حب الاستطلاع، وللمعرفة والتفسير والفهم والتوضيح، والكرة الطائرة بنوعيها وأشكالها خاصة الشاطئية تعمل على إشباع الحاجات إلى المعرفة والفهم سواء للاعب أو المشاهد فتحرك اللاعبان في مساحة تعتبر مساحة كبيرة نسبيا عليهما، حيث نجد أن هذه المساحة في الكرة الطائرة العادية يشغلها ست لاعبين، بينما في الشاطئية نجد أن نفس المساحة ١٨ × ٩م ، يشغلها لاعبان ويقومان بمحاولة تغطيتها ولا يتأتى ذلك إلا من خلال توظيف لاعبان ٠رياضيين) لأكبر قدر من إمكانيتهما البدنية والمهارية، وذلك في محاولة خلق توازن أكبر غير عادي بين كلاهما في كل من الهجوم والدفاع، وهذه تعتبر من أهم الأمور التي تحتاج منها أكبر قدر من الفهم والمعرفة،

ولا يقتصر الأمر فقط على اللاعبين الممارسين فقط بل يمتد الأمر إلى الجمهور، الغفير، الذي أقبل في عدد يمثل الآلاف، حول هذه الحفرة الرملية القريبة من الشاطئ، محاولين بذلك إشباع حاجات النفس البشرية في مشاهدة أروع الأداءات الفنية خاصة من لاعبي المستوى العالي، الأمر الذي يتطلب

منهما الفهم العميق لكل حركة وأداء أو شكل يحاول اللاعبان المتباريان أن ينفذاه، فنحن نرى أن الحاجات إلى المعرفة والفهم في الكرة الطائرة الشاطئية، ولا تقتصر على اللاعبين بل تمتد إلى جمهور المشاهدين.

الأنماط السلوكية الناجمة عن ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية

Behavior Types of Participation Beach Volleybal

تعتبر الكرة الطائرة الشاطئية شكلا آخر من أشكال الكرة الطائرة المعتادة، والتي تلعب بست لاعبين، والتي نعرفها جميعا، وكذلك أحد الأشكال المتنوعة لألعاب الكرة، ونشاط رياضي بدني يحقق مستوى لياقة بدنية عال، حيث من خلال ممارستها يكتسب اللاعب الممارس لها أو حتى المزاول لها بغرض شغل وقت الفراغ وحسن وتوجيه استغلاله في ظروف جوية خاصة أشكال متباينة من السلوكيات التي يمكن تصنيفها إلى السلوكيات التالية:

- **السلوكيات الاجتماعية** *Socializing Behavior*

فعند ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية كأحد الأنشطة الإسهامية نجد أن الفرد يستطيع من خلالها أن يحقق الكثير من السلوكيات الاجتماعية الإيجابية، حيث فيها يستطيع الفرد الاتصال ببعض الأفراد المكونين أو المشاركين له في ممارستهان خاصة إذا وجهت كنشاط لشغل الفراغ، فالمشاركين فيها هنا هم أعوانه وأقاربه أو أصدقائه، أو بعض ممن يتضمنهم الشاطئ.

أما إذا مورست في شكل لعبة أو نشاط منظم على مستوى الممارسة البطولة حيث تزيد السلوكيات الاجتماعية الإيجابية، حيث يستطيع اللاعب الفرد أن يتصل فيها باللاعب الآخر أو بأكثر من لاعب آخر يرى أنه من الممكن أن يشاركه تكوين الفريق وحيث يتكون فيها من اللاعبان كما يمتد هذا الاتصال إلى التعرف على أكثر من لاعب كرة طائرة شاطئية سوف يقابله هذا اللاعب أو اللاعبان في العديد من المباريات المقبلة.

ولا يكتفي بهذا الأمر فقط، فعند ممارستها أيضا يستطيع الفرد من خلال أدائه أن يتفاعل مع من حوله، فنجده يشارك ويتفاعل بإيجابية تامة مع زميليه، ويظهر ذلك في مستوى الأداء الفني العالي، فهما موجودان في مساحة كبيرة عليهما الدفاع عنها ضد كرات الخصم، الأمر الذي يتحتم الإجادة التامة لجميع مهارات اللعبة بانسيابية تامة، كما يتفاعلا مع صيحات جمهور المشجعون، الذي يدفعهم من خلال التشجيع الجنوني، خاصة في البطولات العالمية إلى المزيد من الجهد والعطاء، لذلك اعتبرها العديد من المتخصصين من الألعاب التي من خلالها يمكن أن تحقق قدر كافي من الوعي والاجتماعي.

- **سلوكيات المشاركة** ***Associative Behavior***

اختلفت الاراء أو تعددت بين المهتمين بمجال الترويح الاجتماعي حول تحقيق معنى المشاركة، فمنهم من رأى أن المشاركة يجب أن تكون من خلال الممارسة الفعلية لنوع من أنواع الأنشطة يختارها الفرد، ويتجه إليها، وفقا لغرائزه وميوله واحتياجاته، محاولا من خلال هذه الممارسة إشباع تلك الميول والرغبات، وفي رأي البعض الآخر، أنه ليس من المهم بالتبعية المشاركة الفعلية، ولكن من الممكن أن تكون المشاركة مستنبطة أو تابعة منه، كما هو الحال في حالة التشجيع، فهو يقبل على تشجيع نشاط معين نابع من إرادته ودون تدخل من الآخرين، لذلك نرى أنه من خلال التشجيع يشبع غريزته الذاتية، أو دوافعه الداخلية، والتي من الممكن أن نجدها تغير من سلوكه، حيث نرى هذا واضحا من الصيحات الجنونية الحارة، والتفاعل مع كل أداء يقوم به اللاعبين.

كما يرى البعض أن الفرد أقبل على مشاهدة هذا النشاط كنوع من المشاركة الإيجابية لاقتناعه التام بهؤلاء الأفراد (اللاعبون)، اقتناعه بأدائهم أو لانتمائه هذا النادي، أو لأنه كان يمارسه فيما سبق أو مازال يمارسه ولكن ليس بالصورة التي عليها (مستوى البطولة)، أو أن هناك من الأسباب ما يمنعه من الممارسة أو المزاولة، وتكتفي بالتشجيع أو كان لاعبا فيما سبق.

والكرة الطائرة الشاطئية نجدها من تلك الألعاب وأحد الأنشطة الرياضية الفريدة والترويحية والاجتماعية، التي تجمع العديد من الأشخاص المتبارين، كما أنها تجمع حولها من خلال الجمهور أناس تجمعهم سلوكيات المشاركة في المباريات بهدف إشباع الدوافع والحوافز التي تخرج في سلوكيات أدائية رائعة من حيث قدرة الضرب *Power of spike*. وكذا قوة الإرسال، وسرعة الدفاع عن الملعب.. إلخ، هدفهم واحد هو الدافع إلى تحقيق الانتصار الأدبي والمعنوي والمادي، خاصة إذا ما كانت هناك جوائز مالية عالية القيمة.

وهذا هو الجمهور الذي جاء طواعية للمشاهدة دون أي ضغوط، وذلك في صورة أفراد تجمعهم اهتمامات مشتركة.

وأخيرا فالكرة الطائرة الشاطئية هي أجمل صورة، يمكن أن نحكم من خلالها على ما يعرف بسلوكيات المشاركة.

- **سلوكيات التنافسية** ***Competitive Behavior***

بالنظرة الواقعية إلى تصنيف أشكال وألوان الألعاب والأنشطة الرياضية المختلفة، نحن نجد أن كل من الكرة الطائرة والكرة الطائرة الشاطئية، تمثل لونا، ذا طعم خاص، يمكن من خلالها يتم تحقيق أو إنماء السلوكيات التنافسية، فالنظرة إلى الكرة الطائرة الشاطئية، والتي تمثل شكلا آخر من أشكال الكرة الطائرة المعتادة، نرى أنه بإمكان أي منا ممارستها لرياضة ترويحية، فأنت لا تحتاج، إلا إلى غرز عمودان في الرمال وشبكة، مع وجود خطوة نحو تكييفها كرياضة شاطئية، ألا وهي ممارستها خلال فصل الصيف.

وحتى منذ عشرات السنين كانت تلك الكرة الطائرة الشاطئية حقيقة رياضية للأولاد والبنات، ووسيلة لشغل أوقات الفراغ، خاصة لدى هؤلاء المقيمين بجوار البحر ومرتادي الشواطئ شبابا وكهولاً، وشيئا فشيئا، وخطوة تلو الخطوة انتشرت اللعبة في الأماكن الساحلية بالعالم، وبدأت المهارات التي يتسيدها أبطال

العالم في الكرة الشاطئية في تحويل اللعبة إلى عرض مثير ورائع، إحترافي مشهدي حقيقي، وذلك كله نتيجة التنافس الرائع والمثيرين أبطال العالم.

فقد تحولت اللعبة من مجرد لعبة بسيطة للتسلية بجوار البحر أو على الشاطئ إلى لعبة حضارية لها قوانينها ولوائحها الخاصة بها يقبل عليها كافة الفئات من الأعمار من كلا الجنسين، كما يقبل على متابعتها كافة الأنواع والأجناس.

لقد أصبحت لعبة تنافسية يمكن من خلال ممارسيها، والذي يتمتعون بالعديد من القدرات الفنية والخططية والرياضية المطلوبة لممارستها، الحكم على سلوكياتهم التنافسية، التي تتمثل في إظهار حجم هائل من البراعة والإجادة التامة للمهارات الأساسية والخصائص البدنية غير عادية ومقدرة على الصمود أمام الضغط المستمر، وتفاهم وتنسيق تام متقن مع زميلك الوحيد في الملعب.

باختصار الكرة الطائرة الشاطئية هي نشاط ممتع يتجلى فيه السلوك التنافسي في أجمل صورة.

- **سلوكيات المخاطرة** ***Risk taking***

تشترك الكرة الطائرة والكرة الطائرة الشاطئية مع العديد من الأنشطة التي يمكن أن تتضمن بين طياتها بعض المخاطر، التي من الممكن حدوثها، إلا أن هذه المخاطر نجدها تبتعد تماما عن المخاطر التي تميز بعض الألعاب أو الأنشطة الرياضية الأخرى، مثل الملاكمة والمصارعة والدراجات وسباقات الموتوسيكلات (الدراجات البخارية)، وسباق السيارات، فالمخاطرة هنا في لعبة الكرة الطائرة تكاد تكون محدودة جدا، وتكاد تنعدم في نوع الكرة الطائرة الشاطئية، بينما في المعتادة نجد أنها تتمثل في حدوث بعض الإصابات في بعض من أجزاء الجسم المختلفة دون الأخرى، فقد يكون هناك ملخ، أو جذع، أو التواء في أحد مفاصل الجسم، وفي أشد الحالات كسر بالعظام والذى غالبا مايكون نتيجة الإرتطام بالأرض، إلا أن هذه الإصابات، والتي يعتبرها البعض ناتجة عن الممارسة لا تمثل أي قيمة تذكر مقارنة ببعض الأنشطة الأخرى، وهي

ناتجة عن الاحتكاك بين اللاعب والأرض وذلك أثناء التعامل أو إتمام الأداء الفني.

فالأداء الفني في الكرة الطائرة الشاطئية والمشابه تماما للكرة الطائرة المعتادة، نجده ذا طبيعة خاصة، حيث الاحتكاك يكاد يكون معدوما بين الفريقين نظرا لوجود الشبكة بينهما، إلا أنه قد يكون هناك بعض الاحتكاك بين أعضاء الفريق الواحد عند محاولة الاشتراك في التعامل مع الكرة خاصة في الكرة الطائرة المعتادة، إلا أن هذا الاحتكاك لا يكون موجودا على الإطلاق في الكرة الطائرة الشاطئية حيث يتواجد لاعبان (المشكلان للفريق) في أكبر مساحة لعب (١٨ × ٩م) رملية فضاء عليهم شغلها والدفاع عنها.

أيضا سوف نلاحظ أن هناك نوعا آخر من الاحتكاك، ولكنه ليس بالاحتكاك البدني، ألا وهو الاحتكاك بين اللاعب وأرضية الملعب أو بين اللاعب والشبكة وهذا بالطبع في الكرة الطائرة المعتادة، أما في الكرة الطائرة الشاطئية، فلا يوجد مثل هذا النوع من الاحتكاك فأرضية (مساحة الملعب) الملعب رملية، تشكل في حد ذاتها عاملا للأمن والسلامة خاصة عند إتمام بعض المهارات مثل مهارات الدفاع العميق، أو الدفاع الغاطس الطائرة، وهذا ما دعانا بالتالي إلى القول بأن سلوكيات المخاطرة في الكرة الطائرة الشاطئية تكاد تكون معدومة تماما.

- **التعبير البدني** ***Physical Expreetion***

تعتبر الأنشطة الرياضية بأشكالها المتباينة خير وسيلة لكي يعبر الفرد من خلالها عما يشعر به ويحس به اتجاه هذه الأنشطة.

هذا من ناحية ومن ناحية أخرى يمثل هذه المشاعر دوافع، فالدوافع كما هو معروف عنها أنها تعني ببساطة تغير في سلوك (الفرد) أو الشخص نتيجة الغرائز النفسية والوجدانية التي حركت هذه الدوافع لتظهر عليه في أشكال أو أنماط سلوكية والتي منها السلوكيات الحركية وفي النشاط البدني يمكن الحكم على هذه الأشكال السلوكية من خلال ما يعرف بالتعبير البدني ***Physical Expreetion***.

والكرة الطائرة الشاطئية شأنها في ذلك شأن بقية الألعاب والأنشطة الرياضية الأخرى ، نجد فيها أن التعبير البدني يتمثل في أجمل معانيه فهناك الانسيابية والإثارة والمتعة في الأداء الفني، من خلال الأجسام الرائعة التي تميز لاعبيها من الجنسين، والتي يستغلها اللاعبون في التعبير عن أدائهم البدني العالي نتيجة دوافعهم تجاه هذا النشاط.

فنحن نرى أن هناك الضربات الهجومية المتميزة، وحائط الصد الذي يتم وينفذ على أعلى مستوى في محاولة إيقاف هذه الضربات الهجومية المتميزة، كما أن هناك أيضا الهجمات المضادة التي تتطلب قدر عال من التركيز.

وأخيرا ليست كلها أداءات فنية رائعة تشكل السهل الممتنع للتعبير البدني.

المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بالكرة الطائرة الشاطئية

The Concepts Socialization Ralated With Beach Volleyball

يوضح لنا التاريخ أن الإنسان دائما وأبدا ما كان يستغل وقت فراغه في مزاولة أو ممارسة انواع مختلفة مـن الأنشطة الترويحية، سـواء كـانت هـذه الأنشطة بدنية – فنية – ثقافية.... إلخ، مما افـاده كثيرا في مجـال مجتمعه، فقد وجد الإنسان من قديم الزمان الوقت الكافي ليمارس أنواع مختلفة من الأنشطة البدنية والرياضية لشغل وقت الفراغ، وهذا بالطبع يكاد يكون معروف لدينا جميعا ومتفق عليه، لذلك رأينا ألا نخوض في نوعية هذه الأنشطة البدنية أو الرياضية الخاصة بشغل وقت الفراغ.

وفي الحقيقة فإن وقت الفراغ الآن أصبح يشكل مشكلة اجتماعية لدى أغلبية الأيديولوجيات المتقدمة، الأمر الذي دعا بالتالي إلى تضافر جهود كل من المتخصصين الاجتماعيين ومنهم التربويون من خلال بذل المحاولات للتغلب على هذه المشكلة (المتعلقة بوقت الفراغ)، وقد تأتي من نتيجة ذلك أن قدمت الأفكار والحلول العلمية لمواجهة هذه المشاكل.

وبالنظر إلى حياتنا الاجتماعية نجد أنها يسودها نوع من الترتيب والتماسك والاستقرار (رغم وجود بعض المظاهر والمشكلات الاجتماعية بين طياتها)، وهو الذي ينشأ عنه بالتالي تنسيق لأنواع النشاط الاجتماعي.

فكما هو معروف أن القيم التي تتحقق في الترويح ليست في حقيقة الأمر هي نفسها التي تتحقق في العمل، إذ أن العمل الذي يقوم به الفرد عادة ما يكون في ضوء الأهداف الاجتماعية أكثر مما يقوم به الترويح، فالمسألة هنا

ينظر إليها على أنها مسألة شرطية بحتة حيث الفروق بين الأفراد هي مركز الحياة الترويحية وقاعدة انطلاق الأنشطة.

وتلعب المؤسسات التربوية كالأندية والاتحادات والمؤسسات الاجتماعية والمدارس ومراكز الشباب .. إلخ، وبجوارها النظم الاجتماعية دورا هاما في تقديم الخدمات الترويجية لأبناء المجتمع، شرط أن تتميز هذه الأدوار بدرجة نسبية من الدوام في المجتمع.

ولما كان وقت الفراغ من وجهة النظر الاجتماعية يعتبر في حد ذاته ظاهرة إنسانية ذات أبعاد فسيولوجية ونفسية، وفي نفس الوقت يتأثر بأشكال الظواهر الاجتماعية، كما هو الحال بتأثره بالعادات والتقاليد الشعبية، كالاحتفالات التي تنعكس على مظاهر هذا السلوك الجمعي للأفراد.

ومن هذا المنطلق فقد فطنت المؤسسات الرياضة وعلى رأسها الاتحاد الدولي لكرة الطائرة إلى أهمية إعادة خلق وتكوين نشاط آخر يعمل على إنماء هذه اللعبة (الكرة الطائرة) بصورة خلاقة، تجعلها أكثر شعبية، وشيقة للغاية، لتكون معبر هام بفضل مسايراته للعصر بكفاءة تامة.

فجاءت الكرة الطائرة الشاطئية بجانبها من متعة الأداء وسرعة في اللعب وإضافة لحركات استعراضية جديدة، يتجمع حولها جمهور غفير يتفاعل بديناميكية مع أحداثها.

لقد أعطى الاتحاد الدولي تعليماته إلى الاتحادات القارية ثم إلى الاتحادات الإقليمية بالتالي للعمل على نشر هذه اللعبة في أكمل صورة، حتى تدخل في أهم المسابقات الرياضية في كافة أرجاء المعمورة، خاصة بعد أن حازت رضا الجميع، نظر لما تشيعه من جو المرح والبهجة، وبالطبع فالأمر لم يكن هينا في بدء المشوار، فقد بدا الجميع - الاتحاد الدولي والاتحادات التابعة له - في العمل محاولين تحسين كافة المناطق الممكنة، كذلك إدخال كافة التحسينات التي شأنها تطوير اللعبة، والتوصل إلى لحظة أخرى لا تنسى، وحتى ترضى فضوليات العديد من المشجعين - كما كانت هناك خطوات رائعة

للاتحاد الدولي للكرة الطائرة لتعضيد دور وموقف المرأة في هذا النوع من الرياضة، التي سعت إليه منذ البداية، وذلك كله لإعطاء فرص متساوية لكلا الجنسين، حيث تكون الفرص متاحة لاسترجاع طاقاتهن النفسية والبدنية، لكمي يقدم كل جنس أفضل ما لديه.

فالكرة الطائرة الشاطئية الآن أصبحت ظاهرة اجتماعية، لا يمكن إهمالها أو التغاضي عنها، فهذه اللعبة، ومن سياق ما عرض عنها في الفصول السابقة نجد أن لديها العديد من المقومات لكي يجعلها ظاهرة اجتماعية، وهاذ ما سوف نتناوله الآن بشيء من التفصيل.

مقومات الكرة الطائرة الشاطئية

(كظاهرة اجتماعية)

Valuatoions of Beach Volleyball (As Socializtion phenomonolgy)

وبعد، وفيما سبق الإشارة إليه من المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بالكرة الطائرة الشاطئية ومقارنتها كظاهرة اجتماعية وخصائصها التي تميزها توصلنا إلى العلاقة التالية:

(١) **التلقائية**: تتميز الكرة الطائرة الشاطئية بالتلقائية فهي نشاط بدني في رياضة ترويحي اجتماعي اتجه إليه الفرد أو الجماعة لإشباع احتياجات خاصة ضرورية لدى هذا الفرد أو هذه الجماعة، فالغرائز هنا نجدها تحركها نتيجة الدوافع وبتلقائية تامة ليس لأي عامل خارجي دخل فيها.

(٢) **الموضوعية**: تتسم الكرة الطائرة الشاطئية بالموضوعية فهي كنشاط رياضي بدني وترويحي وتنافسي خضعت لنظام معين يخرجها بصورة لائقة، لا ترتبط بوجود أفراد معينين، وإن اختلفت أساليب التعارف من مجتمع لآخر، وخير شاهد على ذلك تقدمها ووصولها إلى العالمية، وذلك في ظل وجود نظام ظاهره ترويحي وباطنه نشاط رياضي تنافسي منظم من قبل، الاتحاد الدولى والاتحادات القارية والأقليمية.

(٣) **النسبية**: نحن نرى ان نشاط أو لعبة الكرة الطائرة الشاطئية أحد الألعاب والأنشطة الترويحية، من الممكن أن تخضع للنسبية، خاصة ولو نظرنا إليها كنشاط ترويحي، هنا سوف نجدها وفي ضوء

أنماط الترويح. تختلف من مجتمع لآخر تبعا للمعايير الاجتماعية الخاصة بكل مجتمع نظرية ممارستها في أوروبا تختلف من حيث المظهر وطرق تشجيعها عنها في أمريكا. عنها في دول أمريكا اللاتينية. عنها في القارة الأفريقية التي تضم العديد من البلاد الإسلامية.

(٤) **الترابط الاجتماعي**: تحقق ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية شأنها في ذلك شأن أي نشاط رياضي. الترابط الاجتماعي. وتعمل على تقويته. وذلك من منطلق أن النظم الاجتماعية يؤثر بعضها في البعض. وهذا يبدو واضحا في تأثير وتأثر ممارسة الكرة الشاطئية سواء نظرنا إليها كناحية ترويحية أو نشاط رياضي عمل على تمرين البدن. فهي (الكرة الطائرة الشاطئية) كنظام كما سبق يؤثر ويتأثر بالتربية والفلسفة والترويح وغيرها من النظم الاجتماعية.

(٥) **الالتزام**: عند ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية. نجد أنها تجبر وتلزم ممارسيها، بالالتزام والحيدة التامة من خلال القواعد المنظمة لها، فلا يستطيع من يمارسها الخروج عما رسمه من حدود النظم الفنية والاجتماعية، وإن كانت التربية وعناصر التنشئة تقلل من شعور الفرد بالضغوط. فممارسة الكرة الطائرة الشاطئية رغم ما تلزمه به الفرد من نظم اجتماعية إلا أنها تخفف من الضغوط النفسية الواقعة على الفرد عند ممارستها.

(٦) **التغير**: بالنظر إلى تاريخ الكرة الطائرة الشاطئية، نجد أنها مرت بالعديد من الإصلاحات والتغيرات سواء من ناحية النشأة والتطور والبناء وذلك من جيل إلى جيل بغية الارتقاء والتطوير ومزيد من العالمية لها.



الفصل الثالث
الكرة الطائرة الشاطئية
كظاهرة

- ❖ الكرة الطائرة الشاطئية (للجنسين) للرجال والسيدات
- ❖ ***Beach Volleyball for men's and Women's***
- ❖ الكرة الطائرة الشاطئية والاسترخاء
- ❖ ***Beach Volleyball and Relaxtion***
- ❖ الكرة الطائرة الشاطئية والأسرة أو الكرة الطائرة الشاطئية والترابط الأسرى
- ❖ ***Beach Volleyball and Family (or) Beach Volleyball and Interlation family***



الكرة الطائرة الشاطئية (للجنسين)

للرجال والسيدات

Beach Volleyball for men's And women's

تعتبر لعبة الكرة الطائرة الشاطئية شأنها في ذلك شأن الكرة الطائرة المعتادة بصفة خاصة والألعاب الجماعية والأنشطة الرياضية بصفة عامة، التي حققت مزيد من التقدم، وذلك في فترة وجيزة قياسا بتاريخ نشأة الكرة الطائرة المعتادة. بل وعمرها الحقيقي، فقد مارسها الجميع من مختلف الأعمار السنية من كلا الجنسين (رجال/ سيدات)/ (شباب وشابات) (أطفال بالغين)، (كبار السن).. والسبب في ذلك مرجعه إلى عدة أسباب منها الجنس وعلاقته بحجم النشاط وهو ما سوف نتناوله هنا بشيء من التفصيل.

فقد أوضحت آراء المتخصصين في مجالات الترويح والتربية والأنشطة بأشكالها أن هناك تأثيرا واضحا لاختلاف الجنس سواء كان ذكرا أو أنثى على حجم وقوع واتجاه النشاط سواء (بدني)، (ترويحي)، (اجتماعي)، كما أن هناك اختلافات واضحة بين أنماط أو أشكال أو أنواع وقت الفراغ لكل من الذكور والإناث، وذلك في كثيرا إن لم يكن معظم المجتمعات، وهي في الحقيقة اختلافات تعكس الكثير من الأدوار التي تنسب إلى الرجال والنساء في المجتمع.

وقد أوضحت العديد من الدراسات والدلائل إلى أن وقت الفراغ للإناث أقل من وقت الفراغ للذكور بشكل عام، وأن المرأة المتزوجة التي لا تعمل يزيد عن مثيلاتها التي تعمل خارج المنزل، كما أن عدد وحجم أنشطة الفراغ ومدتها سوف نجدها أكبر لدى الذكور عنها لدى الإناث، الأمر الذي دعا

المرأة إلى محاولة تجديد نشاطها واستعادة لياقتها البدنية، مع محاولة البعد عن الملل، فاتجهت وانخرطت في ممارسة لبعض الأنشطة التي تقابل احتياجاتها وتشبع من غرائزها خاصة عندما تكون خارج المنزل، وفي الأندية، ومراكز الشباب، سوف نجدها اتجهت إلى بعض الأنشطة والألعاب التي تتميز بالعديد من الخصائص منها التلقائية مع البساطة ولا تحتاج أدوات ولا قوانين معقدة، وتحقق النظام الاجتماعي الثقافي، وفي نفس الوقت تشجع هذه الغرائز والاحتياجات لديها، نجدها اتجهت وزميلاتها إلى ممارسة مثل هذه الأنشطة والألعاب، التي تحقق مجموعة الخصائص السابقة، والتي منها الكرة الطائرة المعتادة ففي ملاعب الكرة الطائرة داخل الأندية ومراكز الشباب، والأندية الخاصة والمؤسسات التربوية نجد العديد من السيدات يمارس هذه اللعبة كنشاط ترويحي في المقاوم الأول يحقق العديد من النواحي الاجتماعي والثقافية والترويحية والرياضية يعمل على التسلية والبهجة، وذلك من منطلق أنها تتأسس على أهداف ترويحية في المقام الأول.

ولقد امتد الأمر بهؤلاء إلى يبحثن عن نشاط خارج المنزل ولكن على الشاطئ، يجمع بين الكثير من المتعة، مع التسلية، وإزالة التوتر، ويحقق الاسترخاء مع البهجة وشغل وقت الفراغ، فنجدهن يمارسنا الكرة الطائرة الشاطئية نظرا لما وجدنا فيها ما يحقق احتياجاتهم وميولهم، وخاصة أنها تعتبر بالنسبة للبعض نشاط رياضي مشابهة لما مارسناه داخل الأندية ولكن مع اختلاف وسط الممارسة.

ولعله من الظواهر الصحية اليوم على الشواطئ وفي كثيرا من البلاد نجد أن كثيرا من الفتيات أو السيدات المتقاربات في السن، والتي تربطهن رابطة الصداقة أو القرابة، كذلك جميع أفراد الأسرة، او مجموعة من الشباب، يتقابلن مع الشابات، يمارسن الكرة الشاطئية، وذلك في لقاءات مثيرة ترويحية شبه تنافسية تشيع جو من البهجة والتسلية وتحقق الكثير من المتعة.

ولا يقتصر الأمر على ما ذكر على السيدات فقط، بل امتد الأمر لكي نجده يشمل الرجال أو الشباب، أو الصغار من (الذكور) ففي الأندية ومراكز الشباب والمؤسسات التربوية الرياضية بمختلف أشكالها وأنواعها نجدها يمارسون الكرة الطائرة كنشاط ترويحي أو رياضي أو حتى تنافسي، باعتبارها أحد الألعاب التنافسية التي تشبع رغباتهم وحاجاتهم طبعا لدوافعهم وغريزتهم التنافسية، ونجد الأمر لهؤلاء، خاصة ما يقطنون المدن الساحلية أو من يرتادونها أثناء المصايف وفي الأجواء الحارة، فنجدهم قرب الشواطئ يمرحون ويلعبون العديد من الأنشطة الرياضية، كل حسب رغباته وميوله وحاجاته إلا أن الكرة الطائرة الشاطئية أصبحت (باتت) من الألعاب الأكثر انتشارا على شواطئنا الساحلية، وهنا نجد أن الاتحاد المصري للكرة الطائرة بالاشتراك والتعاون مع الشركات السياحية، والمؤسسات الرياضية مثل الأندية الشاطئية، تحاول أن تجذب أكبر قدر من هؤلاء نحو هذه اللعبة، فيقولون بتنظيم اللقاءات والبطولات لجميع الأعمار والأجناس، بغية تقضية وقت أكثر متعة وبهجة فعلا لقد باتت الكرة الطائرة الشاطئية من الألعاب الأكثر قبولا لدى الجنسين.

الكرة الطائرة الشاطئية والاسترخاء

Beach Volleyball And Relaxation

يوصح العديد من المتخصصين من المسئولين بالاتحاد الدولي للكرة الطائره **FIVB**. يساندهم في الرأي المتخصصين التربويين من أعضاء لجنة الاتحاد المعينة. كذلك الأعضاء في الاتحادات القارية مثل الاتحاد الأسيوي، والاتحاد الاسترالي، والاتحاد البرازيلي، معتمدين (مستندين) على رأيهم هذا من علماء النفس وعلماء الاجتماع، والترويح، أن الكرة الطائرة الشاطئية بمختلف أشكالها الترويحية – العائلية – التنافسية – المحلية، العالمية)، تمثل وسيلة طبيعية للاستمتاع النفسي، الذي يشيع البهجة والسرور والفرح مع الإثارة، كما أنها تعطي الفرد القدرة على الاسترخاء العضلي والبدني باعتبارها أحد الأنشطة التي تساعد بطريقة مباشرة وإيجابية على التخلص من التوتر، والشد العصبي والإرهاق النفسي والقلق والإجهاد العضلي، خاصة إذا ما مورست في أي صورة عليها ترويحية – تنافسية .. إلخ.

فهي من الأنشطة الترويحية والاجتماعية التي تصلح للجنسين، وتزيد الترابط الاجتماعي بين الأفراد، وتجعل الفرد يستمتع بوقته أثناء ممارستها، ويسعر بحالة استرخاء عظيمة بعد الانتهاء من ممارستها، فلقد أوضح الكتاب السابقين أن قيمة الاسترخاء والاستجمام الذي يتحقق (أو الراحة) عقب ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، ليس له مثيل على الإطلاق، ولا يتحقق في أي نشاط آخر كما تحققه الكرة الطائرة الشاطئية، وذلك من منطلق العلاقة المتبادلة بين اسهامات اللعب والمعبر عنه بممارسة الكرة الطائرة الشاطئية ذات الطبيعة الخاصة من جهة. والاستجمام الحادث بعد ممارستها أو مزاولتها من جهة أخرى.

والتي اعتمد في تفسيرها على حقيقة هامة ألا وهـي، أن وظيفة اللعب الأساسية تكمن في الراحة والاسترخاء بعد عناء يوم عمل شاق.

فالكرة الطائرة الشاطئية تحقق لممارسـتها أكـبر قـدر مـن الاسـترخاء (كشكل من أشكال اللعب)، الذي يمثل أهمية خاصة يتحقق مـن خلالها العديد من الفوائد النفسية الناتجة عن ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية بأي شكل من أشكالها تنافسي – ترويحي – عائلي – مختلط – بدائية – ابتكارية – .. إلخ.

فالكرة الطائرة الشاطئية شكل من أشـكال اللعـب ولـون مـن ألـوان الترويح القادر على إبعاد (أو تخفيض) حدة الجذع والتوتر وإقلال الإرهاق، حيث أنها تشيع جو من المرح والسرور فتحل محل الإرهاق والتوتر، مشاعر البهجة والمتعة والسعادة والراحة فهي ومن خلال ممارستها قادرة على تحويل العقل المتعب إلى عقل متفتح، وتحويل النفسية التعيسة إلى نفسية منتعشة.

فعادة ما يمارسها الفرد بجوار المناظر الخلابة، وقرب البحـار ووسـط جـو فريد يصعب وصفه، يبعث على الارتياح، سواء كان يعيش في المدن الساحلية، أو يرتادها كمصيف، فعندما يمارسها بعد عناء يوم عمل مرهق أو في أعقاب خـبرات انفعالية مزعجة تقابله خلال يومه العادي أوب عد أداء عمـل ثقيل قام بـه لمدة طويلة.

وأخيرا يمكننا القول والتأكيد علـى أن ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية تعتبر من الألعاب والأنشطة الرياضية البدنية والترويحية الـتي يقبل عليها الأفراد بصـورة إيجابيـة، نظرا لما تشيعه مـن جـو البهجـة والمتعـة مـع التسـلية وتحقـق الاسترخاء، الذي يعمل على إزالة التوتر.

الكرة الطائرة الشاطئية والأسرة
أو
الكرة الطائرة الشاطئية والترابط الأسري

Beach Volleyball and the Family
Or
Volleyball and Interlation family Beach

تمثل العلاقة بين وقت الفراغ وكيفية شغله، خاصة من جانب الأسرة أحد الموضوعات الهامة، في الدراسات التي تناولت الأسرة، ووقت الفراغ، ويرجع ذلك الأمر إلى الدور التربوي والاجتماعي الذي تؤديه الأسرة في تشكيل سلوك أبنائها، عند محاولتها دفع أفرادها لشغل وقت الفراغ، كذلك يرجع إلى الدور الفعال لوقت الفراغ وكيفية شغله بأحد الأنشطة الترويحية، التي تعمل على تحقيق التكامل والألفة والترابط بين أفراد الأسرة، وتنمية شخصياتهم.

كذلك تبدو أهمية العلاقة بين الأسرة ومحاولتها شغل وقت الفراغ، بأحد الأنشطة الإيجابية التي تجمع معظم أفراد الأسرة حول هذا النشاط، وذلك من منطلق أن الأسرة تمثل العنصر الأساسي في الكيان الاجتماعي ككل في إطارها ينمو سلوك أفرادها (صغار السن)، حيث يتأثر بذلك سلوك الفرد واتجاهاته نحو مناشط (أنشطة) الترويح، في أوقات فراغه والتي تعد من أفضل المناشط (الأنشطة) لديه خلال مرحلة طفولته، فالطفل (أو الفرد) (الأسرة) من خلال حياته في الأسرة:

- يتعلم كيف يلعب؟
- متى يلعب؟
- مع من يلعب؟
- ما هي المبادئ السلوكية والتربوية التي يجب مراعاتها في اللعب؟

- ما هو السلوك الاجتماعي الذي يسلكه الطفل (الفرد) أثناء اللعب؟
- ما هي الفوائد التي تعود عليه من اللعب؟

ولما كانت الأسرة تمثل أحد النظم الاجتماعية وأول وسيط في عملية التنشئة الاجتماعية للفرد (الطفل)، كذلك كان لازما عليها، ومن منطلق أهميتها التربوية تجاه أبناءها أن توجههم إلى تلك الأنشطة التي تتفق وميولهم وتحقق رغباتهم وحاجاتهم، وذلك من كونها المسئول الأول عن التنشئة الاجتماعية.

وتعتبر الكرة الطائرة الشاطئية (والكرة الطائرة المعتادة) شكلا من أشكال ألعاب الكرة التي تسهم في التنشئة الاجتماعية بصورة مباشرة، والتي ينصح بممارستها أو مزاولتها بين أفراد الأسرة لما تشيعه من جو البهجة والمرح والسرور، وذلك بناء على آراء المتخصصين في مجال الترويح عند تطرقهم إلى الأنشطة وقضاء وقت الفراغ.

فهي أحد الألعاب وشكلا من أشكال النشاط الرياضي الترويحي أو البدني التي لها العديد من الأهداف التربوية، مما يوصي بممارستها على مستوى الأسرة نظرا لاعتباراتها التربوية التالية:

- أنها أحد الألعاب أو الأنشطة البدنية التي تعمل على إشباع حاجات الفرد (الطفل) أفراد الأسرة البدنية والفسيولوجية النفسية والإجتماعية، والتي تنمي الشعور لديه (أو لديهم) بالانتماء، فمن خلال ممارستها يشعر بالولاء، لأسرته التي تعد إحدى جماعات المجتمع خاصة إذا ما تقابلت في منافسة ترويحية مع أسرة أخرى، مما يجعل الفرد أو أفراد الأسرة يؤدي (أو يؤدون) دورهم الاجتماعية داخل وخارج الأسرة بكفاءة تامة.
- من خلال ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية في صورة جماعية اجتماعية مع أفراد الأسرة، تكسب الفرد (الطفل)، أو أفراد الأسرة أولى خبراته الاجتماعية في حياته من أسرته خلال عملية التفاعل الاجتماعي من خلال الممارسة، الذي يولد الخبرة، وتراكمات الخبرة.

- يستطيع الفرد من خلال مزاولتها داخل نطاق الأسرة أن يكون صورة لذاته في نطاق أسرته، وذلك من خلال التأثر والانطباع الذي تحدثه طبيعة ممارسة هذه اللعبة الفريدة، الأمر الذي ينعكس على العديد من سلوكياته وانفعالاته.
- تمثل الأسرة الجماعة الأساسية ذات التأثير المباشر على أحد أفرادها (طفل - أي فرد من أفرادها)، وعلى سلوكه، وتفاعله مع المواقف الحياتية التي يواجهها داخل وخارج الأسرة، وعند الممارسة للكرة الطائرة الشاطئية نجد أن الفرد أو أحد أفرادها يتفاعل مع المواقف التنافسية يؤثر ويتأثر بها، وجميعها مواقف تنافسية، إلا أنها تعينه بقدر مقبول على مجابهة المواقف خلال حياته اليومية داخل وخارج نطاق الأسرة.
- عند ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية على مستوى الأسرة، وبين أفرادها، فإنها تعمل على اكتسابه العديد من القيم والمعتقدات والخبرات الاجتماعية، والنفسية، كذلك العديد من الاتجاهات، وأنماط السلوك، التي تعينه على مقابلة احتياجات سنوات حياته الأولى.
- عند ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية أسريا تعين أفرادها أسرتها على اكتساب ميول واستعداد وقدرات أفرادها أو لأحد أفرادها)، كذلك مساعدته (مساعدتهم)، نحو توجيه قدراتهم للاستفادة منها أقصى استفادة ممكنة.
- تعلم ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية الأسرية (على مستوى الأسرة) الاستثمار الأمثل لوقت الفراغ، بصورة تشيع البهجة والسرور بين جميع أفرادها.
- من خلال ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية أسريا، نجدها تدعم الروابط الاجتماعية الأسرية بين أفراد الأسرة، وذلك من خلال توفير فرص المشاركة في ممارستها كأحد الأنشطة الترويحية التي يمكن ممارستها داخل نطاق الأسرة.

- تمثل ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية أسريا، أحد مناشط الأنشطة الترويحية التي تتم خارج نطاق الأسرة خاصة، إذا ما تقابلت مع أسرة أخرى، خارج المنزل، حيث يمكن التعاون مع أسر أخرى، في قضاء وقت فراغهم خارج المنزل.

مما تقدم تتضح أهمية ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية أسريا حيث أنها تعمل على تقوية الترابط الأسري، كما أنها بجانب ذلك تعمل على تنمية أفراد الأسرة بدنيا، وانفعاليا، واجتماعيا وعقليا، كذلك لها إسهاماتها في تنمية ميولهم واتجاهاتهم نحو أحد مناشط الترويح ووقت الفراغ (الكرة الطائرة الشاطئية)، حتى يتمكنوا جميعهم (جميع أفراد الأسرة) من تحقيق الاستثمار الأمثل لوقت الفراغ، مما يبعد أفرادها عن الانحراف عن المسار التربوي.

الفصل الرابع
الكرة الطائرة الشاطئية والترويح

- ❖ الكرة الطائرة والكرة الطائرة الشاطئية كأحد الألعاب أو الأنشطة الرياضية الترويحية
- ❖ *Volleyball and Beach Volleyball as Recreation (activities) sports*
- ❖ التأشيرات المرتبطة بممارسة الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ *The effectivness Ralated participion with Beach Volleyball*
- ❖ الكرة الطائرة الشاطئية ومشكلات المجتمع المعاصر
- ❖ *Beach Volleyball and problems of the contemporary Society*



الكرة الطائرة والكرة الطائرة الشاطئية كأحد الألعاب (أو الأنشطة) الرياضية الترويحية

Volleyball and Beach Volleyball as Recreation (activities) Sports

ولدت الكرة الطائرة بأشكالها المعروفة لدينا جميعا، والمتمثلة في الكرة الطائرة المعتادة *volleyball*، والتي عادة ما نجدها تمارس في الملاعب المفتوحة *outdoor courts*، داخل الصالات المغطاة *in door's courts*، كما يمارسها البعض داخل الحدائق وعلى الحشائش الخضراء، وكذلك الشكل الثاني منها والمعروف بالكرة الطائرة الشاطئية *Beach Volleyball*، والتي تمارس على الشواطئ، بجوار البحار، بصفة عامة في المدن الساحلية أو التي تطل على البحار، أو تمارس في مدن بعيدة عن البحار أو ليست بجوار شواطئ، عن طريق إنشاء ملاعب رملية ذات مواصفات خاصة.

عموما كان ينظر إلى هذه الألعاب أو الأنشطة، على أنها أنشطة بدنية تدخل تحت كنف الترويح الرياضي، فقد ارتبطت به (الترويح) إلى أقصى حد ممكن، حيث اعتبرها أصحاب هذا الفكر من أنها أنشطة شغل الفراغ.

وبالطبع فإن هذا المفهوم كان تقريبا في بداية نشأة لعبة الكرة الطائرة المعتادة عام ١٨٩٥، على ميز وليم مورجان، دالي ١٩٠٠، إلى ان ظهر الشكل الآخر من اللعبة والمتمثل في الكرة الطائرة (المعتادة) بظهورها الفعلي ١٩٢٠.

ومنذ هذا التاريخ فقد حاولت لعبة الكرة الطائرة جاهدة ومن قبل المخصصين، والممثلين لها في الاتحادات الإقليمية أو الاتحاد الدولي في العصر الحديث أن يستقلوا بها عن مفهوم الترويح بمعناه الواسع، إلا أنها كنشاط رياضي وكنظام اجتماعي ثقافي، مازال البعض ينظر إليها خاصة الشكل الآخر منها، والمتمثل في الكرة الطائرة الشاطئية على أنها لعبة مازالت مرتبطة بالترويح،

وذلك من منطلق أن الأنشطة البدنية أو الرياضية تتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحية.

فمن خلال ممارسة لعبة الكرة الطائرة بشكليها (المعتادة والشاطئية) يتحقق الكثير من عوامل بين قيم النظامين (النظام الاجتماعي والنظام الثقافي)، وذلك من حيث مقدار ما يحققه كل منهما للإنسان فكلا الشكلين أو المظهرين للكرة الطائرة (المعتادة والشاطئية) يحقق الكثير لممارسيها، ووفقا للنظامين الاجتماعي والثقافي، فكلاهما يحقق العديد من الخصائص.

الخصائص التي تميز الكرة الطائرة المعتادة والشاطئية، وفق النظامين الاجتماعي، والثقافي، يمكن أن تكون:

منها ما يساهم في تحقيق النظام الاجتماعي

- الكثير من المتعة *A lot of fun – funny*.
- التسلية *entertainment*.
- إزالة التوتر *Remove nervous tension*.
- الاسترخاء *Relaxation*.
- البهجة والمتعة *Happiness/ joy and pleasure*.

منها ما يساهم في تحقيق النظام الثقافي

- الصحة واللياقة *Health of fitness*.
- الخبرة الجمالية *beauty of experience*.
- الإثارة *exciting of actions*.
- التنافس *Competition*.
- الجهد البدني *Physical effort*.

- الإنجـاز الشـخصي أو التنفيـذ *personnel achievement or execution*.
- التنافس الشريف *honest competition*.
- التعبير عن الذات *self exprexing*.
- تحقيق الذات *self realization*.

وبالنظرة الواقعية لمحتوى مجمل النظامين، فنحـن نجدهـا أن جميعها يعبر عن قيم وحاجات اساسية للكائن البشري، يحاول جـاهدا إشباعها أو محاولة تنميتها، وحتى لا تنال عوامل الاغتراب ما يكاد يسحق شخصيته الإنسانية.

التأثيرات المرتبطة بممارسة الكرة الطائرة الشاطئية

The Effectivness Related Perticipation with Bech Volleyball

والكرة الطائرة الشاطئية وبما تمتع به من مهارات مختلفة، والتي هي في الحقيقة هي نفس مهارات الكرة الطائرة المعتاد (من إرسال ***serve***) (فالاستقبال ***Reception***)، ثم (الإعداد *set up*). (فالهجوم ***Attacking***)، والتي جميعها يتم تنفيذه على الرمال، وفي الهواء الطلق وتحت أشعة الشمس، نجدها جميعا تحقق الجانب الإيجابي لممارسيها، وبالنظر لهذه المهارات، سوف نجدها شأنها في ذلك شأن المهارات الرياضية المختلفة، تشارك في تنمية الفرد من خلال المجهود المشترك مع زميله المشارك معه (المكونان لفريق)، والذي يستخدم نفس المهارات الفردية التي يتمتع بها هو أيضا، حيث يحاول إخراجها على أكمل وجه، متوازيا في ذلك مع زميله في المجهود، بغرض تحقيق الفوز لصالح الفريق (أو المشكل من كلاهما).

وبالنظر إلى سيمفونية الآداء في الكرة الطائرة الشاطئية، نجد أن كلا اللاعبين لديه الفرصة للتعبير عن روح المنافسة، ومحاول إشباعها من خلال تحقيق الفوز، بالطبع، فإن هذا لا يتحقق إلا عندما يكون كل منهما قادرا على استخدام مهارات وفنون اللعبة التي تعلمها مسبقا، حتى يكون قادرا على الإيفاء بمتطلبات وضروريات اللعبة، والمتمثلة في تغطية أكبر مساحة من اللعب، ومنع الكرة من ملامسة (سقوطها) على الأرض، وكذلك تغطية زميله أثناء أداء مهام الضرب والصد.

والكرة الطائرة الشاطئية وكذلك الكرة الطائرة المعتادة ، شأنها في ذلك شأن باقي الألعاب والأنشطة الرياضية الأخرى نجدها تحقق الكثير من أغراض التربية الرياضية (*).

فهي تساعده على تنمية القوة المطلوبة لمساعدة إنسان العصر الحديث في المحافظة على مظهر حالته الجسمانية، حيث تساعده على إظهار جسمه في الشكل الرياضي المناسب، والذي اكتسبه نتيجة الممارسة.

وهنا يجب ضرورة الإشارة إلى أن هذا الأمر الخاص بالممارسة لا يقتصر على الرجل فحسب، بل امتد الأمر ليشمل النساء (السيدات) أيضا، اللواتي يمكننا ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، من خلال ما تتمتع به من مهارات خاصة تؤدي في وسط مخالف تماما من الوسط المعتاد مشاهدتنا له وهو إما داخل الصالات أو خارجها، فعند ممارسة النساء لها نجد أنها تحقق لهن فرصة الاستمرار في المحافظة على اللياقة اللازمة لاستمرارية الصحة والسعادة، وذلك من خلال ممارستهن للكرة الطائرة الشاطئية كأحد الألعاب الإيجابية، والتي نجد أن لها صفة المشاركة في البرامج الترويحية الرياضية بقوة.

وعن ممارسة المرأة للكرة الطائرة الشاطئية، يقول ويتفق في ذلك معظم الكتاب والمتخصصين والمعلقين على الأحداث والأضواء العالية في الكرة الطائرة الشاطئية.

الإثارة والمتعة جنبا إلى جنب مع روعة الأداء وكمال وجمال الأجسام، يمكن متابعتها أو ملاحظتها باستعراضات الرمال عند النساء في الكرة الطائرة الشاطئية، فهي متعة لا تقابلها متعة.

(*) للاستزادة انظر الكرة الطائرة: التقنيات الحديثة في التعليم والتدريب للمؤلف.

الكرة الطائرة الشاطئية ومشكلات المجتمع المعاصر

Beach Volleyball and Problems of the Contemporary Society

لقد اتسم مجتمعنا الحالي بالإيقاع السريع في مختلف مجالات الحياة فقد أصبح مجتمعنا المعاصر الآن يعاني من العديد من المشكلات يأتي في مقدمتها مشكلة الصحة العامة أو صحة الأفراد، وذلك نتيجة انتشار العادات الغذائية السيئة، من وجبات سريعة *snaks*، تكاد تفتقد مكوناتها إلى العناصر الغذائية، التي أدت إلى زيادة وزن الجسم، والوصول به إلى حالات البدانة المفرطة، كذلك عدم اكتراث البعض بالدعوة إلى إنقاص الوزن، خاصة أن الانخفاض في أسعار الغذاء لدى بعض الدول المتقدمة كالولايات المتحدة الأمريكية أدى بهؤلاء إلى الانغماس في تناول الطعام، إضافة إلى التفاخر بالوفرة، وهذا بالتالي يعتبر أو مثل الدافع الأول وراء انتشار ظاهرة البدانة خاصة كما سبق وأوضحنا نتيجة انتشار الوجبات الجاهزة أو الطعام السريع.

إضافة إلى العادات الغذائية السيئة وأثرها على زيادة الوزن، نجد أن المستجدات والمستحدثات الالكترونية التي توفر المجهود العضلي وكذلك انتشار وسائل النقل السريع، التي توفر الوقت والمجهود الجسماني، إضافة إلى انتشار تشجيع أسلوب العمل والجلوس طوال الوقت في المكاتب وعلى المقاعد، أفقد الإنسان المعاصر (الحديث) الكثير من لياقته البدنية، أيد ذلك الكثير من الدراسات التي كشفت مستوى اللياقة البدنية خاصة في كثيرا من الدول التي تعتمد على الآلة والميكنة بصفة خاصة، والتي منها الولايات المتحدة الأمريكية، كما كشفت أيضا إحدى الدراسات الحديثة حول اللياقة البدنية أن مساهمة البالغين الأمريكيين في الأنشطة الرياضية منخفضة جدا.

وفي السبعينات كما سبق الإشارة في هذا المؤلف، زاد الاهتمام بما يسمى بالأنشطة الترويحية مثل الجري (البطئ) (أو الهرولة) التي مارسها الملايين من البالغين من كل الأعمار سواء كان عن طريق ممارستها داخل جدران الأندية أو ممارستها بشكل فردي خلال الصباح أو المساء أو في مماشي أو محراب الحدائق أو الجري (العدو) على الشواطئ، خاصة في تلك المدن القريبة من السواحل، وكانت أغلبية المشاركين فيها من المتحمسين، لا يدفعهم التنافس أو الفوز بل مجرد الاستمتاع بهذه الرياضات، وكذا تحقيق وتحسين مستوى آدائهم الجسماني.

وفي هذه الفترة أيضا نجد أن الكرة الطائرة الشاطئية قد مورست بقوة خاصة في تلك المدن التي تقع قرب السواحل أو حتى البعيدة عنها، حيث صممت الملاعب على الرمال وفي الهواء الطلق وتحت أشعة الشمس، وبعد شتاء قارس، (وقلة حركة نوعا ما، التي أدت إلى زيادة الوزن)، وذلك كله بجوار الشواطئ، أو حتى داخل المدن البعيدة عن الساحل (أو الشواطئ)، بغرض تهيئة جو الصيف كما حدث في دورة أطلنطا ١٩٩٦.

لقد كان الدافع الرئيسي على الاهتمام بالكرة الشاطئية كأحد الرياضات أو ألعاب الكرة التي تجري في الهواء الطلق من جانب ممارسيها اهتمامهم بالمحافظة على لياقتهم البدنية المرتبطة بالقلب والدورة الدموية، وذلك كله من منطلق أن البرامج الرياضية أو التدريبية الموجهة لها تأثيرها القوي والفوري على تحسين الحالة الجسمانية والبدنية والوظيفية لدى ممارسيها، إضافة إلى أن الجو الذي تمارس فيه الكرة الطائرة الشاطئية يضفي جو الإثارة والمتعة والبهجة وللاستمتاع بمظاهر الحياة، الأمر الذي يشكل حافزا على ممارستها طوال المراحل العمرية المختلفة.

وتساهم الكرة الطائرة كأحد الأنشطة الرياضية والترويحية في علاج كثيرا من الأمراض المتعلقة بالقلب والدورة الدموية، والسيطرة على البدانة خاصة إذا ما مورست على أنها رياضة لشغل وقت الفراغ، أو شكلا من أشكال

النشاط الترويحي فمن خلالها، يستطيع الفرد أن يتخلص من أكبر كمية من السعرات الحرارية، عن طريق ممارستها تحت أشعة الشمس المحرقة، فالكرة الطائرة الشاطئية كنشاط بدني نجده ضروري للسيطرة على كل من البدانة وأمراض الدورة الدموية، خاصة لدى هؤلاء الذين هم في سن حرج أو في أواسط العمر أو ما بعد فترة الشباب، فالكرة الطائرة الشاطئية تحافظ على الحالة الصحية للجسم خاصة إذا ما مورست بالنسبة لهؤلاء في صورة مباريات مرحة أو من خلال إخراجها ضمن برامج منظمة تساعدهم في الحفاظ على مقدرتهم في مواجهة المشاكل والمواقف المفاجئة.

إن ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية على الرمال وتحت أشعة الشمس وفي جو حار نوعا، وفي وسط مخالف تماما عن أوساط ممارسة الأنشطة والرياضات المختلفة، والتي اعتدناها داخل الصالات أو خارجها، أفرادها متحررين من الملابس الرياضية حيث يرتدي أفرادها أو لاعبيها مجرد (شورت، وفانلة) أو حتى شورت (مايوه فقط)، مع غطاء للرأس وممكن ارتداء نظارة شمسية، إضافة إلى أداء مهاراتها المختلفة من خلال التحرك ضد مقاومة الرمال، يساعد كثيرا في احتراق الكثير من السعرات الحرارية الناتجة عن سوء التغذية، وقلة النشاط الحركي (البدني)، وعليه فإن الدلائل التي أشارت إليها اللجنة الطبية في الاتحاد الدولي للكرة الطائرة، أوصت بأن ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، يساعد وبصورة مباشرة على إقلال من نسبة الكوليسترول في الدم الذي يعتبر أحد العوامل المهمة في الأمراض القلبية.

إضافة أيضا، إلى أن المواظبة على ممارسة الكرة الطائرة المعتادة أو الشاطئية سواء في صورة ترويحية أو تنافسية يساعد في تقليل وخفض الزيادة في الوزن، نتيجة المجهود غير العادي الذي يخرجه اللاعب أثناء الممارسة على الرمال.

ولقد أوصت بعض الدراسات بأن الأفراد القاطنين لمدن بجوار السواحل والمواظبون على ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة ومنها الكرة

الطائرة الشاطئية، عادة ما تكون لديهم القدرة على مقاومة أمراض القلب، خاصة لدى الشباب متوسطي الأعمار.

وحديثا يوصي عدد كبير من المتخصصين في مجال التدريب الرياضي بممارسة رياضات الجهد البدني العالي مثل الجري (الذي هو أقوى من جري الهرولة)، وممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، حتى لو تم هذا في صورة ترويحية أثناء فترة الإعداد لبعض الفرق الرياضية، أو حتى الأفراد العاديين، وذلك من منطلق أنها من الأنشطة الأنسب التي تساعد على إخراج أقصى مخزون للطاقة داخل العضلات التي تعمل ضد مقاومة أحمال الرمال، كذلك تعمل على زيادة التحمل البدني والعضلي، وتنشط من كفاءة الأجهزة الحيوية المتمثلة في الجهاز العضلي والدوري التنفسي.

وتدخل الكرة الطائرة الشاطئية ضمن البرامج الآمنة الخاصة في نطاق الألعاب التي تتعلق بالجنسين، بهدف تحسين الصحة واللياقة، فهي من الألعاب التنافسية التي ينجذب إليها الجنسين من الشباب والشابات الناضجين، كما أنها من الممكن أن تمارس داخل نطاق الأسرة من خلال مشاركة الآباء لأبنائهم وبناتهم في الممارسة، وذلك بهدف توطيد أواصر الترابط الأسري والمحبة بين أفراد الأسرة، وذلك كما سبق الإشارة سلفا، عند تطرقنا للكرة الطائرة الشاطئية والترابط الأسري.



الفصل الخامس
الكرة الطائرة الشاطئية
والخصائص النفسية

❖ **الكرة الطائرة الشاطئية كنشاط رياضى له خصائصه النفسية**

❖ ***Beach Volleyball and activity sport have his psychological charactrectes***

❖ **دوافع ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية**

❖ ***Motivations of partically for Beach Volleyball***

الكرة الطائرة الشاطئية كنشاط رياضي له خصائصه نفسية

Beach Volleyball as activity Sport have his psychological Charactrects

أشار العديد من المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي، وكذا علم النفس التربوي، أن لكل نشاط رياضي أو حركي يقوم به الفرد، له من الخصائص النفسية التي ترتبط بمتطلباته وسلوكياته، وتعمل على إشباع حاجاته ورغباته، وبتطبيق ما أشار إليه كوديم *Codiem*، والخاصة بتقسيم الأنشطة الرياضية على الكرة الطائرة الشاطئية نجدها:

- تعتبر أحد الأنشطة أو شكلا من أشكال ألعاب الكرة التي تتطلب ضرورة التوافق بين اليد والعين، والأرجل، أثناء تأدية مهاراتها المختلفة سواء دقة التحرير أو الإرسال، أو الضرب الهجومي.
- كما أنها من الأنشطة أو ألعاب الكرة التي تتطلب التوافق الكلي للجسم والإنسانية في الأداء خاصة عند التعامل مع الكرة في مساحة ملعب كبيرة نسبيا على اثنان لاعبان (المكونان للفريق الواحد)، كذلك القيام بالعديد من المهارات الدفاعية، التي تتطلب علم فداني على الرمل.
- نظرا لبيئة الممارسة المتمثلة في الجو الحار المشمس، وعلى الرمال، فهي تعتبر من الأنشطة الرياضية التي تتطلب تعبئة طاقات الجسم المختلفة مثل تحمل القوة، لذلك ينصح في بعض الحالات بممارستها كجانب ترويحي في فترات الإعداد العام في بعض الأنشطة، وحتى نبتعد عن ما يسمى بالملل التدريبي.

- تعتبر من الأنشطة التي تقل فيها الإصابة نسبيا حيث تأديتها مهاراتها مثل الدحرجة والطيران والدفاع الغاطس الطائر. جميعها مهارات تؤدى في وسط آمن (السقوط يتم على الرمال).
- تعتبر من الأنشطة التي تتطلب الكثير من حركات التوقع من الآخرين، فهي تدخل تحت نوعية ألعاب الشبكة، الأمر الذي يتطلب من ممارسيها درجة عالية من التركيز.
- يكاد الاحتكاك المباشر فيها بين اللاعبين معدوم تماما، فالاحتكاك عادة ما بين اللاعب وأرضية الملعب الرملية.
- نظرا لكبر مساحة الملعب، حيث يتواجد لاعبان فقط (المشكلين للفريق الواحد)، فهذا يؤكد ضرورة توافر درجة عالية من التركيز والانتباه والتفاعل والتعاون، ونسبة عالية من الذكاء.

دوافع ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية

Motivations of practically for Beach Volleyball

توفر الكرة الطائرة المعتادة والشاطئية شأنها في ذلك شأن أي نشاط رياضي فرصا طيبة لنمو الشخصية الإنسانية للفرد، بطريقة تجعله إلى حد كبير بالتكامل والشمول، فممارسته لها بصور مختلفة، إما بصورة اجتماعية، أو عائلية، أو بين جنس واحد، وآخر، أو بين فريقين مختلطي الجنس، كنشاط ترويحي وبهدف شغل وقت الفراغ أو ممارسته لها في صورة تنافسية (مباريات/ بطولات) تجعله يندمج مع الجماعات وكذا باقي الفرق الأخرى التي تمده بالصداقة والألفة الاجتماعية، الأمر الذي يجعله يتقبل معايير مجتمعه ويتواءم أو يتوافق مع قيم هذا المجتمع، ويدرك دوره كفرد في هذا المجتمع الذي يساهم في تشكيل اتجاهاته ورغباته.

ونحن نرى أن أهم عنصر من عناصر الكرة الطائرة بنوعيها يتمثل في عملية التدريب الشاق التي تتطلب تفانيا مع بذل مزيد من العطاء، فهي تشكل خبرة تتطلب جهدا يوميا وتشكل بناء شخصية الفرد، وبذلك يحصل لاعبوها على مزايا وقيم المنافسة، خاصة إذا ما كانت الجوائز الممنوحة عالية القيمة، الأمر الذي يصقل شخصية اللاعب ويعوده على تحمل المسئولية (انظر قيمة الجوائز الممنوحة في البطولات المختلفة.

فالمنافسة في الكرة الطائرة تتطلب من الفرد، احتياجات وكفاية بدنية هائلة، على المشارك فيها أن يتميز بها ويحصل عليها، وهنا يجب أن نعرف حقيقة هامة ميزت الكرة الطائرة الشاطئية، وهي أنه رغم أن هذه اللعبة كنشاط رياضي إلا أن المتخصصون يضعونه في مرتبة ذات أهمية كبيرة للنشاط والانتصارات

والأموال التي يحققونها، ويتجلى ذلك في مباريات الاتحاد الدولي لمنافسة المحترفين في الكرة الطائرة *A.V.P*، كذلك البطولات القيمة للاتحاد الدولي للكرة الطائرة *F.I.V.B*، كذلك الاتحاد الأمريكي للكرة الطائرة *U.S.A A.V.B* واتحاد الكرة الطائرة الشاطئية *B.V.A* الذين يضعون جوائز مالية كبيرة جدا، تكون هدف لمعظم ممارسي الكرة الطائرة الشاطئية.

إن الأهداف التي تحققها ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية مثل باقي الأنشطة الأخرى يمثل وسيلة عظيمة لتنمية الشخصية الرياضية، لذلك يجب النظر إليها في ضوء الإطار الذي تمارس من خلاله هذه اللعبة، فهي تحقق لممارسيها العديد من السمات المرغوبة من خلال القدرة على اللعب داخل الإطار والقواعد المحددة، التي تخلق الرياضي الممتاز، وهنا يبقى المكسب والخسارة أقل قيمة من تحقيق السمات الشخصية، وهذه حقيقة هامة يجب أن يتقبلها ممارس هذه اللعبة.

وبالنظرة العامة التي أشار إليها العديد من المتخصصين في المجال الرياضي خاصة مجال علم النفس الرياضي، والتربويون، وعلماء التدريب الرياضي، فنجد أن مجموعة الدوافع الأساسية لممارسة النشاط الرياضي، يمكن أن تتحقق من خلال ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، حيث أوضحت الكثير من الدراسات، والاستبيانات التي أجريت على العديد من الممارسين للكرة الطائرة الشاطئية أن أهمية دوافع ممارستهم لهذه اللعبة تمثلت في مجموعة النقاط التالية:

(١) الدافع نحو تنمية المهارات واكتساب مهارات حركية جديدة.

(٢) الدافع إلى الانتساب إلى أفراد، ثم جماعات لتكوين فرق يتمثل من خلالها تكوين الصداقات.

(٣) الحصول على النجاح والتقدير الأدبي والمعنوي.

(٤) التخلص من التوترات والانفعالات الزائدة.

(٥) التخلص من مخزون الطاقة الزائدة.

(٦) الارتقاء بخبرات التحدي.

(٧) الوصول بالاستثارة إلى أعلى مرتبة.

(٨) تطور إيجابي في الأنماط السلوكية القيمة التي تعين في الحياة العملية والاجتماعية.



الفصل السادس
أحداث الكرة الطائرة الشاطئية

- ❖ **توضيحات وأحداث هامة للكرة الطائرة الشاطئية**
- ❖ ***Illustrates and importants events for Beach Volleyball***
- ❖ **إستعداد الكرة الطائرة الشاطئية للظهور الأول (أطلانتا)**
- ❖ ***Beach Volleyball read debut Atlanta***
- ❖ **إنها الكرة الطائرة الشاطئية بدون الشواطئ بلتيمور**
- ❖ ***It's Beach Volleyball in Beachles Baltimore***
- ❖ **أطلانتا (١٩٩٦) يوم عظيم للكرة الطائرة الشاطئية**
- ❖ ***Atlanta "96" A Great day for Beach Volleyball***

توضيحات وأحداث هامة للكرة الطائرة الشاطئية
استعداد الكرة الطائرة الشاطئية للظهور الأول - أطلانتا
Illustrates and important events for Beach Volleyball ready debut Atlanta

وفي هذا الجزء الخاص بأضواء وأحداث هامة في الكرة الطائرة الشاطئية، سوف نتطرق إلى العديد من الموضوعات الحيوية الهامة. التي توضح مكان هذه اللعبة، كلعبة مثيرة حيوية، اعتقد أن الكثير منا يجهل العديد من أحداثها، وأولى هذه الأحداث، هو ما يتعلق بظهورها كلعبة أولمبية لأول مرة من خلال دورة أطلانتا عام ١٩٩٦ بالولايات المتحدة الأمريكية.

ونستهل هذه الأحداث العنوان الذي نحن بصدده، وهو ما يتعلق باستعداد الكرة الطائرة الشاطئية للظهور لأول مرة، في دورة أطلانتا.

صحيح أنه ربما تكون هذه الرياضة أو اللعبة قد ولدت على الرمال الأمريكية، ولكن هذا لا يعني أن الولايات المتحدة الأمريكية، قد امتلكتها أو لديها المقدرة على التثبيت (أي تثبيت أقدامها) في المسابقة الأولمبية الأولى للكرة الطائرة الشاطئية.

Lock on the first Olympic beach volleyball tournament.

فنحن نلاحظ جداول المباريات التي تضمنت (٤٢) فريقا، من فرق الرجال والسيدات *men's and women's trams scheduled*، والتي بدأت خوض مبارياتها يوم الثلاثاء، كانت الولايات المتحدة الأمريكية، في رأي البعض أنها من الممكن ان تحقق أو تستحوذ إحدى الميداليات العديدة.

ويرجع السبب في ذلك في نظر البعض أمثال سين جين سميث *Sin Jin Smith* التي ترى أنه أمر طبيعي بالنسبة للكثير خاصة هؤلاء المنضمين لاتحاد الكرة الطائرة الشاطئية، أن تحقق الولايات المتحدة الأمريكية إحدى

هـذه الميداليـات. باعتبـار أن الولايـات المتحـدة الأمريكيـة، وتحديـدا علـى شـواطئ كاليفورنيـا *California beaches* ، هـي المنشـأ الأول للرياضـة (اللعبـة) التي نحن بصددها ألا وهي الكرة الطائرة الشاطئية.

وتستطرد سين جين سميث *Sin Jin Smith*، التى تعتبر ذات وضع خاص حيث فازت في أكثر من (١٣٩) مباراة، الأمر الذي جعلها تجئ على أعلـى قمة لاعبي الكرة الطائرة الشاطئية المحترفين لفترة طويلة من لوقت.

Put her a top professional beach volleyball all time list.

إنه لأمر طبيعي أن تتنبأ بإحراز الولايات المتحدة لإحدى الميداليات في هذه الدورة، ولكن في الحقيقة لقد أذهلنا المستوى العـالي والهـائل في الأداء الكثير من الفرق الأجنبية، فهذه الفرق وحدها قد خطت خطوات واسعة *remarkable strides* خاصة في السنوات الأخيرة، حيث أصبحت من خـلال هذا التقدم الهائل الذي حققته هذه الفرق ضيعت النظرة المحدودة لهـا، والتي يرى البعض وقتها أن أمامها طريق طويل للحاق بركب الكرة الطائرة الشاطئية، الأمر الذي جعل من هذه الفرق ينظر لها على أنها شيء كبير هـام جديـر بالاحترام، وأيضا كشيء كثير بكثير عما كان ينظر إليها مسبقا، وفي السـنوات الحديثة الأخيرة ومن خلال الكثير من الأحداث أو الحالات لم يعد ينظر إلى هذه الفرق مثل هذه النظرة.

وخير دليل على ذلك أنه كان على رأس هذه القائمة التي تضم الـ ٤٢ فريق قسموا إلى (٢٤) فريق للرجـال، (١٨) فريـق للسـيدات، جـاءت البـرازيل بفريقها المكـون مـن اللاعبين روبرتـو لوبيز *Roberto lopes* وزميلـه فرانكـو نيتـو *Franco Neto*، واللذان قد رشحا ليحتلا المركز رقم (١) في هذه البطولة، وذلك عند تصنيـف وتوزيـع الفـرق الـ (٢٤) للرجـال في البطولـة الأولمبيـة المكثفـة *Olympic bracket*، ولم يختلف الأمر في فرق السيدات، فالشيء المثير هنا، أن الفريق البرازيلي للنساء، قد جاء أيضا على قمة فرق السيدات الـ (١٨)، والذي مثله اللاعبتان سندرا بريز *Sandta Pires*، وجاكي سيلفا *Jackie Selva*.

ومنذ أن خرج البرازيليين وانطلقوا خارج موسمهم الصيفي النشاط *Their busy summer season*، نجدهم أصبحوا على حافة المنافسة جنبا إلى جنب مع اللاعبين الأمريكيين، والذين أيضا بالتالي نجدهم قد انضموا تماما *Just entering* إلى الجزء الأكثر نشاطا في جداول المسابقة الخاصة بهم *Their Tournament Schedule*، بمعنى آخر جاءوا جنبا إلى جنب مع الأمريكان على رأس جداول مسابقات فرق الرجال.

أما بالنسبة لفرق السيدات، فنرى أيضا تزاحم من الفريق البرازيلي للسيدات ليسير جنبا إلى جنب مع سيدات الولايات المتحدة الأمريكية، وفي هذا الصدد، تقول نانسي رينو *Nansy Reno* والتي كانت تشاركها في تكوين الفريق زميلتها هولي ماك بيك *Holley McPeack*، تلك اللاعبة الأمريكية المعروفة جيدا في أوساط الكرة الطائرة الشاطئية، واللتان مع بعضهما البعض يشكلان معزوفة رائعة ليشكلا أعلى معدل في نتائج لاعبات القمة *Top Rated*، تقول نانسي: "إنني أمل أن تصبح مباراتنا افضل مباراة وأن تكون في أحسن حالاتنا، ونبلغ الذروة في الأداء ونحقق أفضل نتيجة في وقت صحيح.

وفي ذلك الوقت (وقتها)، من هذه الأحداث نجد أن كلا اللاعبتان قد أوفتا بوعدهما وقدمتا أفضل مبارياتهن لتحتلا وتقتسما (نانسي رينو، وهولي ماك بيك) المركز الثاني، ومن المركز الثاني خلال نفس الأسبوع والذي احتلاه واقتسماه من فرق الرجال كارل هينكل *Carl Henkel* وزميله سميث *Smith*، يقول الأخير: "نحن نعلم أنه سوف تكون هناك منافسة قوية *Strong Competition*، وذلك من فرق أخرى، أن فريق البرازيل يعتبر من الفرق القوية للغاية، ولكن يجب علينا أن ننظر إلى أبعد من ذلك فهناك فريق الأرجنتين الذي يجب ألا نتجاهله، وتشيكوسلوفاكيا (قبل الانفصال)، وكذلك فريق النرويج وغيرها من الفرق التي تتميز بروعة أدائها، مرة أخرى لا يجب أن نتجاهل هذه النقطة.

فعلى سبيل المثال لا الحصر تحن نجد أن المظهر أو الهيئة The prospect التي ظهر عليها فريق النرويج Norway team، أوضحت أو أظهرت أنه فريق يناضل ويكافح بكل ما تعنيه هذه الكلمة، ويحاول من خلال هذه البطولة أن يكون له رأي (أي يثبت وجوده)، من خلال أدائه المتميز الرائع العالي - ليكون بذلك أكثر مما هو عليه منذ حوالي الخمس عشر (١٥) سنة الماضية، عندما كانت الكرة الطائرة الشاطئية في بدء ولادتها الطبيعية الصيفية على شواطئ كاليفورنيا Confined to California.

وفي هذا الصدد يجب أن نشير إلى حقيقة هامة، ألا وهي ما تتعلق بالوضع الراهن للكرة الطائرة الشاطئية، فحاليا ومن خلال التقرير الذي تم من خلال المسح الحديث الذي قامت به مجلة الكرة الطائرة A recent survey by volleyball magazine، والذي ظهر من خلال هذا المسح، أن أكثر من (١٤) أربعة عشر مليون شخص يفضلون ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، وكان وسام الاستحقاق الذي يعطي في ذاك الوقت عام (١٩٩٣)، عبارة عن تمثال بواسطة الجمعية الأولمبية الدولية عام ١٩٩٣

by the international Olympic committee in 1993.

ويعود سميث Smith، ليستكمل حديثه، ويقول: "إنه لأمر مثير حقا، إنني كنت لا أعتقد، ولا أي أحد منا كان لديه أي فكرة على أن هذه اللعبة أو الرياضة سوف تصبح في يوم من الأيام رياضة أولمبية ذات شأن عظيم".

> "الحقيقة نقول أن رياضتنا هذه كانت إحدى الرياضات الأوائل التي ثبتت أقدامها في الأولمبياد، حيث أنها أوائل الرياضات التي نفذت (بيعت تذاكرها) في الأولمبياد، وبذلك تكون مؤشر قوي - تقول شيئا في هذا الشأن".

وفي أطلانتا ، تحديدا في اليوم السادس، في ذلك الوقت كانت المنافسة والتحديث لإزالة هذا التجاهل elimination، المتوقع نحو هذه اللعبة، قد أصبحت واقع ملموس، حيث أنه سوف تقام النهائيات في مدينة سوبريان جنسبورو Suburban Jonesbòro.

الأمر الذي تطلب مئات الرمال المحمولة على شاحنان، وأعداد وتجهيز ١٣,٠٠٠ مقعد لتهيئة الجو، كما لو كانت المباراة سوف تلعب فعلا بجوار الشاطئ، وبمجرد ما جاء يوم (الاثنين)، وجدنا أن اليومين الأولين من المسابقة أصبحا يمثلا واقع عمليا تجاه هذا التجاهل، فالتذاكر قد بيعت بالكامل، واليوم الرابع النهائي قبل بدء فعاليات البطولة كان مخزون التذاكر قد بيع بالكامل.

إن الازدهار والنمو الخاص بهذه الرياضة، لم يكن أبدا يمثل أي مفاجأة للاعب كنت ستافس *Kent Steffes*(*)، والذي يقول: "في الحقيقة إن هذه اللعبة التي مورست على الرمال جعلتها أكثر جاذبية وسحرا ومظهر مرح للمنافسة الرياضية من خلال الاسترخاء، نتيجة ممارستها على شاطئ ضغط الهواء القريب من سطح البحر، يعادل ضغط الهواء الجوي.

Steffes said: "the fact that game is played on sand makes it alliterative to funs looking for athletic competition with a relaxed beach like at mosphere.

(*) اللاعب كنت ستافس Kent Steffes، مع زميله شكلا فريق ليكون بذلك مع فريقين آخرين من الولايات المتحدة، الذي حصل على الميدالية الذهبية.

إنها الكرة الطائرة الشاطئية بدون (أو في غياب) الشواطئ - (بلتيمور)

It's Beach Volleyball in Beachles Baltimore

عنوان مثير وغريب لكي نبدأ به موضوعنا هذا، فالمعروف لدينا جميعا أن الكرة الطائرة الشاطئية، لابدّ وأن تمارس على الشواطئ، وبجوار البحر وتحت أشعة الشمس، إلا أننا من خلال هذا الحدث المشوق سوف نتعرف على أمور كثيرة تكاد تكون خافية عن كثير منا.

تستطرد مراسلة الاتحاد والدولي للكرة الطائرة، ماري بويلي - *Ass press: Mary Boyle*، ويقول يتجشأ دخان الضباب، (أي يقذف الضباب بدخانه) بقوة من ركانة الدخان، وتمر النار وتزآر أو تتنفس هدير هادئ (بهدوء) *and passing fire engines roared*، من الآلات الخاصة بالمصانع، ورغم هذا الضباب وآزيز آليات المصانع وضع كمية ديكنسون *Ken Dickinson* اللمسات الأخيرة، وقام باختيار وبتحديد الموقع الخاص بالكرة الطائرة الشاطئية الأولمبية بالولايات المتحدة الأمريكية *of the U.S.A Olympic beach volleyball*، وذلك كتجربة فريدة من نوعها لهذه الرياضة في مدينة بدون شاطئ، هنا يجب ألا ننسى أن كاليفورنيا، تلك المدينة التي نجحت في تحويل موقف انتظار سيارات كبير (مساحة للسيارات) *Former parking lot*، بالقرب من اللون الأزرق (البحر)، إلى منطقة مجاورة للشاطئ، ذات قيمة لا تقدر بثمن، لقد ساهمت المساعدات والجهود المبذولة في تحويل تلك المساحة الخاصة بانتظار السيارات إلى شاطئ غاية في الروعة، بالقرب من اللون الأزرق، أقرب ما يكون لشاطئ فينيسيا الشرقي *Venice Beak East*، وعلى كل وكما هو معروف لدينا جميعا، أنه وفي العادة عندما نجلس قرب الشاطئ، ونبدأ في الإعداد وخوض المباريات كان يتجمع حولنا من المشاهدين، الذين كانوا يجلسون على مدرجات خاصة تتسع لأكبر قدر من هؤلاء المشاهدين.

ولكن ماذا تفعل بلتيمور، وكيف يتصرف مسئولوها ليكون هناك مظهر يشرف لهذه اللعبة، لأن حدوث عكس ذلك، ليعتبر أذى (إهانة)، وكذلك استخفاف بحفرة الرمال المزمع إنشائها ***Lack of sand***، وكذلك مظهرها وسطحها ***it's sarface***، وكذلك للشمس الساطعة في بدء شروقها ***lately sun shine***، بمعنى آخر التي أشرقت مؤخرا

إن بلدة (مدينة) بلتيمور ***Baltimore Town***، سوف تلعب هذا الأسبوع (في ذلك الوقت)، دور البلد المضيف، حيث عليها أن تستضيف قمم الأمم وعظماء اللعبة، والمتمثلين في أربعة وخمسون (٥٤) لاعبا من الكرة الطائرة الشاطئية ***Baltimore will play host to nations to (54) Beach Volleyball Player's.***، والذين سوف يكون بينهم أحسن وأعظم ضاربين، ومرسلين، ومتداولين للكرة – معظم الوقت ***who will spike, serve, and Roily***، وهنا يمكن إلقاء الضوء عليهم من خلال اللاعبين واللاعبات (١٢)، وذلك من خلال التأهيل للمباراة النهائية (وذلك في اليوم الموافق الأحد في ذلك الوقت) ***The end of the final qualifying watch Sunday***، حيث سوف تكون هناك ثلاث فرق للرجال (بضم كل فريق لاعبان = ٢× ٣ = ٦ لاعبين رجال)، وثلاث فرق من السيدات (أيضا بتكوين كل فريق منهما من لاعبتين = ٦ لاعبات)،)وبالتالي يصبح مجموع اللاعبين واللاعبات (١٢) لاعب ولاعبة)، سوف يختار من كلاهما من يمثل الولايات المتحدة في دورة أطلانتا (١٩٩٦).

خاصة وبعد اعتماد لعبة الكرة الطائرة الشاطئية كلعبة أولمبية تدخل ضمن الألعاب الأولمبية في دورة أطلانتا (١٩٩٦).

وفي هذا الدور النهائي، سوف نجد التوزيع الحادث بين اللاعبين الممارسين يحول دون التقاء اللاعبين المتفوقين، وذلك في ازدواج، بحيث يشكل فريق لاعبان، ***Participating player's in culde the top seeded***، زيادة في الإيضاح، فمثلا كان الفريق الأول يتكون من اللاعبين كراش كيرالي ***Karach Kiraly***، وزميله (مساعده ***His purtner***) اللاعب كنت ستيفس ***Kent***

Steffes. والفريق الثاني يتكون من اللاعب آدم جوهانسون ***Adam Johanson***، وزميله اللاعب، راندي استوكولابس ***Randy Stoklos***، ومعهم على طول الخط فريق السيدات، الذي نجده أيضا قد قسم بنفس تقسيم فرق الرجال، الذي يحول دون التقاء اللاعبات المتميزات، فمثلا نجد أن الفريق الأول مكون من اللاعبة ليزا آرسى ***Lisa Arce***، وزميلتها كارولين كيري ***Karolyn Kirby***، كذلك كان الفريق الثاني يتكون من اللاعبة ليزا ماسكيان ***Lisa Masakayan*** ومعها زميلتها أنجيلا روك ***Angela Rock*** وهكذا وباستمرار تم توزيع باقي الفرق.

ولكن دعنا عزيزي القارئ ألا نخوض في أكثر من ذلك، ولنذهب بعيدا جدا، ونتناول النقطة الثالثة في هذا الحدث الخاص الذي حدد موقعه مسبقا، وبدأ التجهيزات والإعداد له، ألا وهي النقطة الخاصة بعدد التذاكر، (وذلك للحكم من خلالها على مدى الإقبال الجماهيري من عدمه)، والتي كان ثمن التذكرة الواحدة يتراوح ما بين (١٥) دولار أمريكي إلى (٣٠) دولار أمريكي، الشيء الجميل في هذه النقطة أن جميع التذاكر قد بيعت بأكملها ***have been sold***، وهنا لك أن تتخيل عزيزي القارئ حجم الحضور لمشاهدة هذه المباريات في هذه الرياضة المتميزة، أيضا سوف يكون الملفت للنظر أو الأمر المتوقع أن يرتفع الوضع الاقتصادي المحلي ليصل حجم هذا الاستثمار الرياضي إلى ٣ مليون دولار أمريكي.

وهنا تقول السيدة بربارا بوزوتو ***Barbara Bouzzuto*** وهي المرأة المتحدثة الرسمية بالنسبة لرياضات ماري لاند الشاطئية ***a spokes woman for Maryland sport cop.***، إذا كنت غير راغب في أن تذهب إلى أطلانتا فلا تدع مباريات بلتيمور تفوتك.

وتستطرد باربارا بوزوتو، الحديث وتقول، وبينما بدأ وصول اللاعبين (البرونزيون ***The bronzed players***)، أي الحائزين على الميداليات البرونزية في الوصول تباعا، بداية (من يوم الاثنين في ذلك الوقت)، أصبح المنظمون لهذا الحديث يمتلكون الموقع الذي حدد مسبقا من أسبوع، فبدأوا يقومون بأعمال

التجميل أولا داخل المدينة لتكون لائقة بهذا الحديث الوطني الهام، فبدءوا يدورون ويرصفون كم كبير في داخل ثورة المدينة.

ومن ناحية أخرى داخل هذه السلسلة التنظيمية *into four regulutionsized*، تحديدا داخل المربع المحدد لملاعب الكرة الطائرة الشاطئية، والذي سوف نجده قد أحاطه بأربعة (٤) بأربعة آلاف مقعد ليشكل استاد رياضي على أعلى مستوى، نجد في نفس الوقت إن كان هناك أكثر من (٩٠) شاحنة أحمال *Truk loads* ، (الشاحنات العربات الكبيرة جدا)، من النوع الجيد، قد حملت بالرمل الأبيض *white sand*، بحيث وصل إجمالي حجم الرمال المنقول إلى رقعة (المربع المحدد للعب وإقامة المباريات) إلى حوالي ٧,٨٠٠ طن من الرمال البيضاء، والتي احضرت خصيصا من ساطئ ماري لاند الشرقي *where brought in form Maryland Beach, east*، وبسطت (أو وزعت) (أي تم نشرها)، على عمق حوالي ١٢ بوصة في منتصف الملعب *Spread about (14) inches deep at center court*.

وفي الجوار حول جميع مواقع المساحات الخمس المجاورة لإقامة المباريات، نجدها جميعا قد غطت ببضع بوصات عديدة من الرمال، الأمر الذي يشعر المشاهدين بأنهم فعلا على شاطئ المحار (عليه محار البحر) *beach squishing*، يدخل بين أطرافهم وأقدامهم، حتى عندما يزورون ويشقون طريقة إلى مواقع اللعب.

وفي هذا الصدد يقول ديكنسون *Dickinson* باندهاش تام عندما وقع نظره على هذه البقعة (يقصد الملاعب الساحرة) "أنها تبدو أكثر وأكثر، كل يوم عن يوم مثل ولاية كاليفورنيا" *"It's looking more and more like California every day"*.

وحول الملعب من خارج كانت هناك الأسلاك الشائكة *Barbed wire*، التي استخدمت ووضعت حول الحدود الخارجية للموقع، المحدد، استخدمت كحلقة مفرغة خالية، ولونها أحمر، كما وضعت الرايات البيضاء والزرقاء، إضافة

إلى ذلك وضعت سجادة كممشى، إن تناسق الألوان وأسباب اختيارها يرجع إلى أن المنظمين قد اختاروا اللون الوطني للمنافسة *Patriotic color*، (ألا وهو العلم الأمريكي الذي يضم ألوان الأحمر، الأزرق، الأبيض).

ويستكمل وصف الموقع بوزوتو *Bozzuto* ويقول، وعلى نحو تقليدي، ووفقا للاعتقاد السائد، وضعت لمبات نيون ملونة *neon colors*، لكي تعكس الوقار *dignity*، والحيدية (الحياد التام) *seriousness*، والخاصة بالأولمبياد.

كما يقول قد لاحت في عيون الأفراد المقيمين في جنوب بلتيمور تحديدا في المنطقة المجاورة، نظرات تنم عن الريبة والشك الذين لديهم، بخصوص هذا المشروع *have eyed the project suspiciously*، كما أن هناك جانب من المقايضة (تجارة) *Traffic*، لم يكن يضعها المسئولون في الحسبان، حيث استغل هذا الحدث بعض من سكان المدينة في الإعلان عن تجارتهم.

إن علاقة بلدة بلتيمور مع الكرة الطائرة الشاطئية كانت علاقة بعيدة الاحتمال *Un likely relatioship*، وهذه ترجع إلى عام ١٩٢٤، عندما استضافت المدينة أول مسابقة للكرة الطائرة للمحترفين في نفس الموضع (أو المكان) الذي أشرنا إليه.

ولكن هذه المرة وفي هذه البطولة، نجد أن المنظمين الذين استصدروا أمرا غير مقبول أبدا، حيث كان عليهم أن يحدوا أكثر من موقع، وذلك من خلال العديد من المحاولات، ولك أن تعرف عزيزي القارئ أنه في بدء الأمر، قد تم تحديد (٦) ست مواقع أخرى، بحيث تتضمن مدينة دالاس *Dallas*، جزيرة كوها *Kiawah*، ونظرا لصعوبات تحديد الموقع وقتها قال بوزوتوا أنه كان على أن أذهب كاليفورنيا، حيث ولدت هذه اللعبة الحالية" وهو يعني بذلك أنه كان من الأفضل أن تكون هذه البطولة بدلا من هذه المجهودات في كاليفورنيا مولد اللعبة.

وتقول بوبي كلارك *Bobby Clarke*، مديرة المنافسات والمباريات الخاصة بالولايات المتحدة الأمريكية *Competition director for U.S.A* "حاليا،

وفي الواقع أنه ومن خلال هذه البطولة أن هناك حوالي نصفي محترفي مسابقات الكرة الطائرة الشاطئية فقط، قد لعبوا على شواطئ حقيقية، هذه الرياضة (الكرة الطائرة الشاطئية) التي تتحكم وتؤثر تأثير شديدا (واضحا) على الجسم *This sports governing body* أيضا لم ينس المسئولون والمنظمون عن ذلك الحدث في بلتيمور الراحة *The rest*، والتي نعني بها الفترة التي بين المباريات، التي تتضمنها أو تحتوي على اللاعبين الأولمبيين *The rest including the Olympics*.

والذين كان عليهم التدريب خلال هذه الراحة (الفترات البينية بين المباريات)، ولذلك كانت هناك ملاعب تبادلية *makes shift courts* (أي يقومون بالتدريب عليها في الفترات البينية فترات الراحة بين المباريات بالتبادل)، والتي كان يطلق عليها صناديق القطط المملوءة بالرمال *a cat box filled with sand*. (كناية على أن المكان قد جهز كما تجهز صندوق خاص لحمل القطط تملأ أرضيته بالرمال)، هذا ما قاله أحد اللاعبين، والذي كان شديد الابتهاج والحماس، عندما قام بزيارة سياحية *Tour* لهذا الموقع *Toured the site*، لكي يحصل على التأقلم *to get acclimated*.

وفي هذه الدورة، وهذا الحدث، يجب ألا ننسى دور الإعلام المرئي، وذلك عندما نشرت (أو أذاعت *national Beach compition N.B.C*، بالصوت والصورة المنافسة، وذهبت الكاميرا هنا وهناك وراء كل حدث، فالكاميرا نجدها تسلط وتركز *will be focused* وتنقل صورة حية للمباريات واللقاءات والأحاديث.

ويقول بادي لايتس *Budy lights* الراعي (أو المسئول) الرئيسي عن البطولة *The sponsor*، والذي يمثل العقل والوجه المشرق للبطولة، وبعيدا عن أي أخطاء (جوفاء) (فارغة باطلة *empty warehouses*)، أي يقصد بذلك بعيدا عن أي مناظر تتعلق وترتبط بهذه المدينة، من ركام (كومة) الدخان *smoke moored* المصانع، ومناظر الأراضي الواسعة المملوءة بالخرافات القديمة

industrial القريبـة مـن المدينـة ذات الحركـة الصناعيـة *Tankers moored*، *action*، كـانت هنـاك كاميرات ترصـد الوجـه المشـرق لهـذه البطولـة، وتعطـي الأفضلية والأسبقية لمناطق جملة من هذه البلـدة *A wonderful opportunity*، تلك المدينة التي كانت لا تعي أو تـدرك أو حتـى تفهم وتلاحظ ما هـي، ومـاذا تعني المدينـة الشاطئية *beach town* إلى أن حـدث مثـل هـذا الحـدث العظيـم باستضافتها مثل هذه البطولة.

لقد استضافت هذه البلدة مجموعة مختلفة وساخنة *a group of very hut*، وزادت شعبية *popular*، من الرياضيين على أعلى مستوى في الكرة الطائرة الشاطئية، الذين يخوضون أكبر منافسة أولمبية دولية، ألا وهي التأهيل لـدورة سيدني.

وأخيرا تعلق بربارا بوزوتـوا *Barbara Bozzuto* "نحـن مـن خـلال هـذا الحـدث الرياضي الهـام يمكننا القـول: بأن تملـك كـل السـحر والفتنـة الخاصـة بالرياضة والطاقة الخاصة بالأولمبياد".

"Where all glamour of the sport and the energy of the Olympics".

أطلانتا ١٩٩٦، يوم عظيم للكرة الطائرة الشاطئية
Atlanta "96" A great day for beach volleyball

بقلم ديفيدليون مور ي بلتمور

By: David Leon Moore, Baltimore

بالنظرة الواقعية لما يحدث اليوم في عالم الكرة الطائرة عموما، والكرة الطائرة الشاطئية، نحن نجد الأخيرة (الكرة الطائرة الشاطئية)، في نظر البعض منا، ترتفع تدريجيا وعلى نحو متواصل، وإلى مستوى عالي *Beach volleyball climbs to higher level's*، وذلك بهدف أن تلقى قبول وتعارف لدى الجمهور *acceptance and recognition*، وذلك سنة عن الأخرى، بينما في نظر البعض الآخر، فإن هذا الذي يحدث في مجال الكرة الطائرة الشاطئية ما هو نمو ونضج لهذه اللعبة لم يخطر على بال أحد، ففي يوم معين (يوم الثلاثاء في ذلك الوقت)، وعلى مكان فسيح، في الأصل كان مكان انتظار فسيح للسيارات سابقا، قاموا بتغطيته بكم كبير من الرمال (انظر الحدث الخاص الكرة الشاطئية بدون شاطئ في بلتيمور)، تحديدا مكان قريب من مركز القيادة الرئيسي *inner Harbor*، الذي كان به مقدار ضئيل من المراوح *hand full of fans*.

لا تستطيع أن تقابل موجة الحر الموجودة في ذلك الوقت، حيث يتسنى لك أن تراها داخل (هذه المراكز)، خاصة إذا وقفت في موقع محدد أو نقطة محددة متفق عليها *Certain sport*، هذه النقطة تقع على المدرج المستوي في ملعب تلك الرياضة (الكرة الطائرة الشاطئية)، المؤقت *on a temporary ground stand*، وتحت القمر. يمكن أن ترى هذا المركز الخاص بقيادة هذه البطولة، والذي يظهر كما لو كان خلية نحل.

بينما لو نظرنا إلى الملعب الرئيسي ***The main court***، كان هناك اللاعب كراش كيرلي ***Karch Kiraly***، وزميله كنت ستيفنس ***Kent steffenes***، اللذان يمثلا قمة فرق الكرة الطائرة الشاطئية ***The Top beach volleyball***، التي تضمها قائمة الفرق المتبارية، وعلى رأس هذه القائمة أيضا، نجد أن اللاعبان جيم نيكولاس، ومايك شيلجل ***Mike shlegel***، قد نقشا اسميهما أيضا عاليا في هذه القائمة.

وعلى الملعب رقم (٢) ***Court No 2***، بمعنى آخر في الملعب الثاني جاء راندي استكولوس ***Randy stokolos***، الذي يعتبر أحسن لاعب ثاني فائز في تاريخ الكرة الشاطئية لأكبر عدد من المرات ***The winningest player***، وزميله (مساعده) أوم جاهانسون ***Adam Johnson***، والذي أيضا يعتبر أفضل لاعب في قائمة الـ ٩٠، (التي تضم أفضل ٩٠ رياضي كرة طائرة شاطئية على مستوى العالم)، لقد كان لقاء راندي استكولاس وزميله أدام جوهانسون أمام اللاعبان، كاينون سيمون ***Caynon Cemon***، ولي لوجراندي ***Lee Legrande***، لقاء يتسم بالمتعة والإثارة، تلك المتعة التي أثارت شجون وإعجاب الجماهير التي أخذت تتمايل وتصرخ وتصيح أمام كل لعبة أو أداء.

وفي الملعب رقم (٣) جرت هناك مباريات النساء، ففي هذا الملعب نجد أن هناك اللاعبة كارولين كيربي ***Karolyon Kirby*** والتي تعتبر من أكثر نساء العالم فوزا في تاريخ الكرة الطائرة الشاطئية للسيدات ***The winning player in women volleyball Beach***، ومساعدتها ليزا آرس ***Lisa Aree***، والتي اتسم أدائها بالبطء نوعا ما ***Slugging***، أمام جينسي هرارا ***Janicex Harrar***، وزميلتها جايلي استامور ***Gayle Stammer***، وذلك في مباراة اتسمت بالجهد الشديد أو الكثافة الأدائية العالية ***intense match***.

ويعلق ديفيد ليون موري ***David Leon Moore***، بقوله عند وصفه لمباريات النساء والرجال، على حد سواء: "لقد كان هناك الكل يحارب من أجل

الظهور في الأولمبياد" "أو بمعنى آخر لقد كان الكل يحارب محاولة إلقاء الضوء عليه في الأولمبياد" *.All were fighting for a spot in the Olympics*.

كما يستطرد ديفيد ليون ويقول عن أحداث بلتيمور:"أنه مكان يوم عظيم بالنسبة للكرة الطائرة الشاطئية *It was a great day for beach volleyball*.

بالنسبة لمحاولات ومباريات اليوم الأول تقول اللاعبة جينس وزميلتها جايلي "إنه لأمر موقع في النفس، أو بمعنى آخر يحدث وهم في النفس" وذلك عن محاولات اليوم الأول في هذه الأولمبياد الأمريكية للكرة الطائرة الشاطئية *.The first U.S Olympic beach volleyball Trail's"*

وتتدخل في الحديث اللاعبة راندي استكولدز *Randy Stokolos*، والتي تعتبر المصنف رقم (٣٥)، في عالم الكرة الطائرة الشاطئية للسيدات وتقول:" إن هذا اليوم سوف أتذكره جيدا وباستمرار، فهو بالنسبة لي كأنه أول يوم ألعب فيه الكرة الطائرة الشاطئية، حيث ذكرني بسن الـ ١٥ سنة عندما كنت في هذه السن وبدأت أطرق باب منافسة الكرة الشاطئية بشدة، وأشارك مع العديد من الفرق، وكان ذلك عام (١٩٧٦)، وعلى شاطئ ولاية سانت مونيكا – كلايف) *at state beach (in Santa Monica, Calif*، لقد أحسست برهبة هذه الأولمبياد والتي لاعبت في بلتيمور في أطلانتا نظرا للمنظر الرائع والحشد الرهيب الذي يحيط بالملعب في كل اتجاه.

وتستطرد اللاعبة راندي استكولوز *Randy stokolos*، لقد كنت أمثل الرابط بين المحاور (المحور الرئيسي في الإدارة) *Perched* في القمة القلعة أو البرج *Tower*، حيث كان باستطاعتي أن أرى الأربع ملاعب جميعها وأفضل اللاعبين في العالم.

وتوضح، "إن الشيء المثير الذي شعرت به هو شيء ما سوف أتذكره طوال حياتي".

"The excitement I felt was something, I'll remember all my life".

لقد أضافت هذه الدورة (أطلانتا)، وبالجو المحيط بمباريات الكرة الطائرة الشاطئية لكلا الجنسين، والجمهور الغفير – والتنظيم الرائع، شعور رائع على الرهبة بالنسبة لجميع اللاعبين واللاعبات.

فيستكمل راندي استكولاس ***Randy Stokoks***، الكلام ويقول: "اليوم (في أطلانتا) كان يخالني مثل الشعور تماما، فإنك في قرارة نفسك تحاول أو تود أن تلعب بأفضل ما لديك من مقدرة، ويكون ذلك هو الأمر أو النوع الأكثر أفضلية.

"to day was that when you have this kind of appetite, you want to play to the best of your ability".

وهنا يوضح ديفي ليون موري ***David .L. Moore*** المتحدث الرسمي باسم الدورة الشاطئية للكرة الطائرة بأطلانتا، ويقول لقد فعل راندي ستوكولاس، ومساعدة جوهانسون هذا، تماما، حيث فازا بالمباراتين بنتيجة (١٥/٣)، (١٥/ صفر)، ويستطرد ديفيد ويقول، وفي مباريات الرجال نجد أيضا أن هناك تقدم قد حققه اللاعب كيرالي ***Kiraly***، وزميله ستيفنس ***Steffenes***، واللذان يحتلان المكان رقم (١) في جدول قائمة اللاعبين، بينما كانت هناك مشاكل بين رتب (درجات) صفوف فرق القمة ***Top - rannked***، حيث خسرت اللاعبتان كيربي ***Kirby***، وآرسي ***Arce***، اللتان كانتا يأتيان على قمة تصنيف فرق النساء، وكان ذلك أمام اللاعبتان هايرا ***Harrera***، واستامورو ***Stammera***، وهم بذلك قد وصفا أنفسهم بين قوسين ***(Two brackets)*** ، الأمر الذي من الممكن أن يزيد من تجاهلها خلال هذه المسابقة.

وعن بقية النتائج والأسماء في هذه الدورة، نجد أيضا خسارة كل من مايك دوود ***Mike dodd***، وزميله دايت مارش ***Mike & white march***، والمصنفين في المركز الثالث في قمة لاعب العالم، فقد انهزما ١٥/٣ ، ١٥/١١، أمام كل اللاعب برنت برووف ***Brent proff***، وريكي ليوميتز ***Ricci Lyties***.

وعن هذه المباريات نجد أن كل من اللاعبين واللاعبات كيربي ***Kirby*** وارسي ***Arce***، ودوود ***Dood***، ووايت مارش ***W. March*** فقد صارعتا بجهد كبير وبذلوا الكثير والكثير من أجل البقاء أحياء ***Survived*** في مبارياتهم الثانية، وعلى كل حال فقد اتضح لنا جميعا أنهم كانوا يحاربون من أجل الخروج من هذين القوسين اليوم.

لقد كان الأداء الخاص باللاعبة كيربي اتسم بالعصبية، فنلاحظ أنها بعد مباراتها الأولى ***(Kirby)***، كانت في حالة اهتياج وتستشيط غضبا ***Fuming***، نتيجة ما حدث من خسارة هذه المباراة، التي غيرت من موقعها في جداول توزيع المحترفين ***seeding the professional***، وكان ذلك يوم الاثنين في ذلك الوقت وعن جداول اللاعبين واحتلالهم لمراتب مختلفة في الجداول الخاصة بتصنيفهم، وكذلك الجداول الخاصة بنتائج مباراياتهم نجد هناك اكتشف خطأ قد حدث، وذلك في جدول لتوزيع اللاعبين ***seeding***، الذي يحيل دون التقاء اللاعبين الممتازين وذلك فيما يخص اللاعب فيليب ***fliip*** رقم (٧)، واللاعب فلووب ***flopped*** رقم (٨)، وهما من اللاعبين الدوليين الرسميين بالولايات المتحدة الأمريكية ***by USA volleyball officials*** عندما اكتشفا خطأ في نقاط مبارياتهم.

وعندما حدث في خطأ توزيع الجداول، ونعود مرة أخرى لما قالته اللاعبة كيربي ***Kirby***، حيث قالت أنه شيء لا يدقه عقل ***Unbelievable*** – أنه بالنسبة أنه كان شيء غير محترف على الإطلاق ***.It was very unprofessional***

لقد أعددنا أنفسنا (تقصد هي وزميلتها آرسي ***Arce***) لنكون من الفرق المؤكدة الأكيدة ***Certain teams***، لقد بدلوا في طريقة تنظيم الجدول ***seed***، أنه لأمر لا يصدق على الإطلاق وأمرا لا يطاق، فهو فظيع ***that outrageous.***

أما بالنسبة للاعبتين هاريرا، واستامورا، فقد كانتا نظرتهما إلى هذا الخطأ في الجداول أقل اعتدالا، في الهجوم على المنظمين، حيث قالت

هاريرا، أنهم بذلك (تقصد عندما عدلوا ي الجدول) قد قذفوا (رموا) بنا داخل هذه العقدة (أو الأنشطة" *"it threw us for loops*.

ومع ذلك لقد قررنا أن نقبل ذلك.

الفصل السابع
الكرة الطائرة الشاطئية
والجنس

- ❖ الكرة الطائرة الشاطئية للسيدات ليست جنس على الشاطئ

- ❖ ***Beach Women's Volleyball not sex on the berach***

الكرة الطائرة الشاطئية للسيدات، ليست جنس على الشاطئ

Beach women's volleyball not sex on the beach

بقلم بول نيوي باري الراسل

By Paul New Barry Associated

نالت الكرة الطائرة الشاطئية إعجاب الجميع من الجنسين وفي جميع الأعمار سواء من الرجال أو السيدات، وذلك منذ أمد بعيد، إلا أنها في أواخر القرن العشرين خاصة في العشر سنوات الأخيرة، والتي لاحت فيها المستحدثات والتقنيات الحديثة، التي جعلت من هذه العشر سنوات، معظم المجتمعات معاصرة، فقد أقبل على هذه اللعبة العديد من السيدات والآنسات في جميع أنحاء العالم، نظرا لهذه الشعبية الطاغية لهذه اللعبة، الأمر الذي استلهم بيوت الأزياء الرياضية في إخراج ملابس خاصة بالرجال من (تي شيرتات *Teachirts*)، وشورتان، وملابس البحر، ونظارات.. إلخ، أكثر روعة وتناسق في الألوان وبما يتفق ولون البحر، والكرة، وحرارة الشمس.

إلا أن هذا الإلهام كان أكثر صرخة في ملابس السيدات، حيث كانت المايوهات أكثر جاذبية وأكثر استعراضا، وأكثر ألوان زاهية والأجسام والقوام أكثر رشاقة، ويقول عن ذلك بول نيوي باري *Paul New Barry*، مراسل البطولة والمتابع لأحداث مباريات السيدات، لقد بدوا لنا كل من اللاعبات تانيد *Tammed*، وتوند *Toned*، كذلك هولي ما بيك *Holley Mc Peack*، وكذلك سين جين سميث *Sin Jin Smith*، كموديلات *As models* (عارضات أزياء)، أكثر من أن يكونا لاعبات رياضيات، ولكن عندما قاموا بارتداء مايوهاتهن البكيني *Their bikinis*، وسبح جذعهن، (الجذع)، وكذلك رأسهن على الرمال *and swim trunks and head's for the sand*، فإنه يصبح من السهل هنا أن

نفهم أسباب تلك الشعبية المتدفقة والمندفعة والأكثر انطلاقاً تجاه لعبة الكرة الطائرة الشاطئية "***The surging popularity of beach volleyball***".

وفي هذا الصدد مازالت كل اللاعبات هولي ماك بيك ***Holley Mc Peack***، وكذلك اللاعبة سين جين سميث ***Sin Jin Smith***، يلجأن أو يناشدن بضرورة الدفاع عن الفكرة الخاطئة، والانطباع السيء ***Volleyball sex appeal***، وكذلك المفهوم الشخصي ***(notion)*** الخاطئ الخاص بارتداء المايوه البكيني، ويوضحن بل ويتفقن جميعهن على أن هناك نظرات خاطئة تتعلق بهذا المفهوم، الذي أوضحه البعض بأنهن يرتدين هذه النوعية من المايوهات ليكونن أكثر إثارة من خلال إبراز مفاتن أجسامهن، ومع اللون البرونزي لأشعة الشمس، تزيد الإثارة، خاصة في وسائل الإعلام المرئية ومن خلال الأحاديث المصدرة.

وهنا تدافع جميع اللاعبات السابقات وبشدة عن هذه النظرة الخاطئة، وهذا المفهوم السائد، حيث يشرن إلى أن ارتداء المايوه البكيني ليس بهدف الإثارة والجنس، بل أنه السبب في ذلك بفعل حرارة الجو، كذلك يسهل من حرية الحركة، وأنهم قد رأوا من خلال الممارسة الفعلية وعلى الرمال الناعمة، وتحت حرارة الشمس المحرقة ما يحقق ذلك، خاصة إذا ما كان الأمر يتعلق بأضواء الأولمبياد، والتي من خلالها يتحقق ذلك أيضا.

"إنني لا أعتقد أننا نحاول هنا ومن خلال هذه العروض أن نبيع الجنس".

"I don't think we're trying from this showes to sell sex".

قالت هذه العبارة اللاعبة هولي ماك بيك، وهي تقصد بذلك عند ارتداءهن المايوهات البكيني وإظهار أكبر قدر من أجسامهن، ولهذا كان علينا أن نفسح مجالا هنا ***to admit***، لكي نبرز وجهة نظرها حول هذا الموضوع، فهي

تقول، أنها رياضة جنس *It is a sexy sport*(*)، وتقصد بذلك أنها رياضة جنس السيدات (أو الرجال)، وتستطرد وتقول: نحن في الحقيقة، نمارسها بملابس (حلة) (زي) الاستحمام أو الغطس *(bathing suits)* حيث أن كل واحدة منا متعافية ومتمتعة صحيا، وأن ذلك يشكل أسلوب حياتها المعيشية الصحية.

Every one's healthy and it's healthy life style.

فنحن عندما نرتدي من هذا الزي نشعر براحة أكثر. ونستطيع أن نؤدي بصورة اوضح. فنحن عندما نلعب يكون لنا هدف واحد ألا وهو محاولة منع سقوط الكرة وملامستها للأرض، أو ضربها او صدها بقوة، نحن لا نفكر فيماي فكر فيه الآخرون، بالنسبة للجنس، وعلى الآخرون أيضا ألا يفكروا بمثل هذا التفكير المحدود تجاه أو ما يخص أجسامنا.

وتستطرد وتستكمل اللاعبة سين جين سميث *Sin Jin Smith*، والتي فازت في مباراتها الأولى، في وقت قصير للغاية، هل هذا ما نستحقه، لأننا نؤدي ببراعة وجدية تامة، نحاول أن نمتع المشاهدين، يتابعها في الحديث جيمي كارتر *Jimmy Carter*، والذي كان ليس الرئيس المنتخب، نحن الآن سوف نلعب الكرة الطائرة الشاطئية، لكي تظهر لأول مرة، على مسرح الأحداث، من خلال رياضيين أولمبيين، ونحن في سن الـ ٣٩ سنة.

Now will play in the sports Olympic debut at age 39.

ويستكمل ويقول: وزعنا من خلال التلميح الجنسي، أي لكي تتسم مباراة كل جنس بالجدية والمتعة مع الإثارة، لقد ظهر هذا التلميح، بمجرد التحرك والاندفاع لضرب ودفع الكرة بعنف داخل الرمال ***Since he first slammed a ball into the sand.***

(*) في هذا الموضوع نحن لا نعني بالجنس (sex) تلك الغريزة لأحد الجنسين تجاه الآخر، أو بمعنى آخر إظهار مظاهرها في الحياة والسلوك، ولكن نحن نعني بهذه الكلمة أن الكرة الطائرة الشاطئية، ومزاولة السيدات لها كجنس ناعم فقط، لما تظهره ملابسهن (مايوهاتهن) بل يتعدى الأمر عكس ذلك تماما كما أظهرناه

وهنا يقول، أنه لكان أمرا مخيبا للآمال قليلا *Little disappointing*، فإنك تعتقد أن معظم الناس لا يودون أن يكونوا جهلاء، فيما يخص أو يجري هناك، حيث نجدهم يتفاعلون ويتمايلون ويصيحون مع كل لعبة وكل حركة، وفي بعض الأحيان يستفسرون عن لعبة أو أداء معين، وهذا لكلا الجنسين، السيدات والرجال وبالتالي أين موضع الجنس والإثارة، اعتقد أنه لا يوجد مثل هذا التفكير.

يعضد هذا الكلام أو الحديث، بطريقة غير مباشرة، حيث يوضح المشاهدون لوقائع هذه الأحداث من المسئولين الرياضيين، وفيما يخص هذه الرياضة والرياضيين والرياضيات أنفسهم بقولهم: "إن هذه الرياضة (اللعبة) في نظر البعض أو الكثيرين والكثيرين من الناس أنها نسق تربوي *it's educational press for many*، ليس هذا في بلدنا فقط بل وفي الكثير من البلدان التي حولنا.

لقد أوضح الخط الرئيسي لوسائل الإعلام *mainstream media*، أنه من الممكن أن تكون هناك متاعب مقبولة *Trouble accepting*. بالنسبة لهذه اللعبة أو الرياضة، إلا أنها لا تشكل أي أهمية على أحداث هذه المباريات، التي أخرجت في أحسن صورة لها، فهناك الألوان الزاهية، والملابس الرائعة، حتى المراوح والكمبيوترات التي تستخدم في استخراج النتائج والإحصائيات، كانت مكسوة على نحو جميل، كما هو الحال في ملابس السباحة، لكلا الجنسين، حتى الممشى إلى الملاعب، فكان عبارة عن بساط، تستطيع أن تمشي عليه حافي القدمين، وعن هذا الإخراج الرائع، وتقول كلام مملوء بالحيوية والتفاؤل مثل هاي دودي *"Hey Dude"* ، إنك تحس أنك في جو عام على شاطئ أو حمام سباحة الكل يعرفك.

في أمريكا يكون منظر الشاطئ كمكان للمسرح، وليس لمنافسات الرياضات الجادة *not serious athletic competition*، فتلك المنافسات

(المباريات)، كانت من خلال تداول (سباق) في حفل وفي وجود ضغوط لطيفة، قالت سميث:

The Tournament have avalley nice party atomsphere said Smith:

كما تضيف الكل واحد، هنا وهناك، وجميعهم يقضـون وقـت عظيـم *.Every one there is having a great time.*

إن الأصدقاء والرفقاء أو الصحبة ***gay's***، نجدهم يرتادون الشـورتات، والبنات يرتديـن البكيـني، كـأمر طبيعـي في الحقيقـة كـان المحيـط والوسـط الرياضي، ينـم علـى أن كلا الجنسين يأخذون هذا الحدث ٠ أولمبياد أطلانتا) علـى محمـل الجد، ساعد علـى ذلك، الشمس ساطعة هنـاك، والضغـط الجـوي (الطقس)، الجو العام يكاد يكون جـو حفل جيد فعلا ***is a very party like***، والجمهور أيضا مشدود، ومستمتع بهذا الجـو، وهذه الإثـارة الخاصة بالمباريات، والدليل على ذلك عندما تكـون الكرة الأولى قد أرسلت ***The first ball is served***، نجد أن انتباه كل واحد متفرج، ولاعب، وحكم، ومذيع.. إلخ، مركزا على المباراة، وعلـى العمـوم فإن ذلـك في الحقيقة يشـكل ظاهرة مدهشة ***an .amazing phenomenon***

وفي هذا تتعجب وتقول هولي ماك بيـك ***Mc Peake***، لماذا لم يقـول أي واحد منا أن السباحة تتطور أو تنمو بالتالي، مـن خـلال هـذه اللعبـة، وذلك بسبب أن اللاعبين الرياضيين يلبسـون ملابـس خاصـة (أو ملابـس ظـاهرة معينـة) ***The athletic wear skimpy attire***، إن هذه الملابـس التـي يرتديها الرجـال أو النسـاء هـي لإتمـام مهمـة معينـة، وهـي تصلـح للسباحة ايضا، إلا أنها لا تصلـح للمنافسة في السباحة، حيث أنها من الممكن أن تشكل إعاقة أثناء السباحة، فهي تختلف عما يرتديه السباحون والسباحات الآن، وعلى العموم فإننا نـرى أنـه ليس هناك علاقة بين تطور السباحة والكرة الطائرة لاختلاف وسط الممارسة.

وتستكمل هولي ماك بيك *Holley Mc Peake*، وتقول عن هذه الملابس أنها ملابس خاصة لظاهرة معينة، وهي خاصة بالشاطئ وبالتالي فجميعا يراها على أنها أمر طبيعي جدا.

"It's natural attire for the beach"

وتقول أيضا نحن رغم أننا لعبنا في مربع حديقة ماديسون *in madison square garden.* وكنا خلال ذلك (أثناء تأدية المباريات)، نرتدي ملابس الاستحمام (المايوهات) الخاصة بنا، ليس هذا من قبل الاستعراض، أو الإثارة كما قال البعض، ولكننا وجدنا فيها أثناء الممارسة الشاطئية أنها أكثر راحة، ونحن أكثر راحة *That's the most comfortable*.

وعلى ذكر الراحة، أنها بالفعل هذه الملابس تفرض نفسها، عندما نود أن نلعب على الرمال، إنها الراحة نفسها راحة نفسية، راحة في الأداء، خاصة وأنك تضرب الرمال، وفي بعض الأحيان تغرز فيها، هنا لا تحمل أي معاناة خاصة، بمحاولة التخلص من الرمال العالقة، فأنت كل ما تحتاجه بعد المباراة هو (دش استحمام) *A shower* عموما. وخلاصة القول أن ما نرتديه يلائم تماما الطقس الحار، والمشمس الذي نلعب من خلاله.

بعكس لو كان الجو أصبح باردا في وقت ما، هنا في هذه الحالة يستوجب هذا الأمر علينا، أن نرتدي كساء للساق من الجلود(*) أو القماش والذي يطلق عليه *Long legging*، والذي يصبح هذا الأمر في نظر البعض أكثر

(*) فيما يختص بكساء الأرجل والسيقان بارتداء ما يخفيهما long leggings، يعتبر الاتحاد المصري للكرة الطائرة ، أحد أولى الاتحادات النشطة، التي تقدمت بطلبات إحاطة والتماسات، إلى الاتحاد الدولي للكرة الطائرة **FIVB**. تشرح فيه ما تتضمنه العادات والتقاليد والأعراف الإسلامية العربية التي تمنع ارتداء السيدات والآنسات هذا الزي (المايوه البكيني) (Bikinis)، أثناء ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، واستسمحت الاتحاد الدولي للكرة الطائرة بارتداء الزي المناسب الذي يتفق وممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، وفي سبيل احترام العادات والتقاليد والديانات، وحرصا على انتشار اللعبة بين سائر بلدان العالم، وافق الاتحاد الدولي للكرة الطائرة الشاطئية.

ملاءمة، فهو لا يقيدنا أو يحد من حركتنا *it is not restricting*، وعلى العموم فإنه من المهم أن نرتدي، وفي الغالب شيء يكون في الغالب أكثر راحة *most comfotable*، وذلك لكي يساعدنا عند ممارسة رياضتنا، وفي مستوى أداء عالي *at the highest performance*، مثلها في ذلك مثل رياضة تسلق الجبال *like mountain biking*، التي تتطلب ارتداء زي خاص بها فالكرة الطائرة الشاطنية رياضة الأجيال التي تطورت، من خلال الاتحاد الدولي للعبة، وكذلك الاتحادات القارية والإقليمية، فالكل يساهم في الاشتراك في هذا التطوير، وهنا يجب ألا ننسى *M.T.V* السينما والتليفزيون *move and television*، واللتان لعبتا دورا كبيرا وهاما في هذا التطوير.

وعن دورة أطلانتا (أولمبياد أطلانتا ١٩٩٦)، وبإلقاء الضوء على تلك الأولمبياد التي ضمت إليها لعبة شاطنية في غياب الشواطئ، فكما هو معروف بأنه ليس هناك شاطئ أو رمال – كان هناك قول مأثور يقول:

"It Will be held an artificially created" beach on lake south of the City.

"فإن (نعني المنافسة أو نتائج المنافسة) سوف تتوقف (تعلق) بسبب هذا الشاطئ الاصطناعي (المخلق) أو (المكون)، على شكل بحيره جنوب المدينة".

صحيح أن المنافسة سوف تكون في جو شمس، حيث أننا أوجدنا (أوكونا) شاطئ إلى حد كبير شبه البحيرة الاصطناعية، لدرجة أن أصبح أمرا مشابها *hottest renues* بدرجة كبيرة، ولم يعد الأمر مجرد وحمة نظر، بل أصبح أمرا واقعا، من حيث الطقس والملاعب، الأمر أيضا الذي دعا أن تكون الخطوة الرئيسية هي الموافقة والقبول بهذا الواقع تجاه هذه الرياضة.

وفي هذه الدورة لعب الإعلام المرئي والمسموع، والمقروء، من سينما – وتليفزيون – شرائط فيديو – ونشرات ومجلات وأحاديث مع اللاعبين واللاعبات، والمسئولون من جميع بلاد العالم – وعن دور الإعلام تقول سين جين سميث *Sin Jin Smith* "لقد عادت بي الذاكرة إلى الخلف، فعندما بدأت

في اللعب عام ١٩٧٧، لم يكن هناك أي نقود أو عائد مادي من إذاعة هذه المباريات، ليس هناك دور للتليفزيون على الإطلاق، ولكن في منتصف الثمانينيات، عندما بدأ التليفزيون يبث الحدث، وبدأت النقود تتحدث، قلت لي لنفسي (أوكي ***Ok***)، إن هذا الشيء أمرا جيدا، من الممكن أن يصبح أمرا هاما فيما بعد، ولكنني، لم أظن على الإطلاق إن هذا الأمر الخاص باللعبة (الكرة الطائرة الشاطئية) من الممكن أن يصبح أمرا هاما للغاية وتسير هذه اللعبة رياضة أولمبية، وليست مجرد حلم ضمن أحلامي المتسعة اتجاهها. ***Not in my wildest dreams***. وتستطرد وتقول جين سميث، لقد تعجبت، لماذا أخذت هذه اللعبة مثل هذا الوقت الطويل؟ بالنسبة لأي واحد مسئول لكي يطلق هذه الرياضة (اللعبة)، والتي من المؤكد أنها كانت فكرة كامنة في عقله الذهبي ***Potential gold mine***، إنني عندما رأيت هذه الرياضة لأول مرة، كانت عبارة عن مباريات ترويحية بين الأصدقاء، الذي كان في العادة يلعبونها في نهاية الأسبوع، ولكن من الملاحظ أنها في ذلك الوقت كانت تجتذب العديد من المشاهدين، حيث كان من الممكن ان يكون هناك ١٠,٠٠٠ عشرة آلاف شخص يراقبها، ولكن العدد كان أقل من ذلك بكثير، وذلك بسبب أنا لم يكن هناك مدرج مكشوف ***No bleacher's***، كما تكن هناك دعاية كافية، حيث لم تكن هناك أي لافتات ***no signs***، نعلن عن هذا الحدث أو مولد هذه الرياضة، إنه كان لأمر رهيب في ذاك الوقت ***that was awesome*** وتعلق هولي ماك بيك ***Holley Mc Peake***.

والآن فإنني أرى أن بعض الناس (أو الأفراد)، الذين يأتون أو يحضرون لمشاهدة هذه اللعبة (الكرة الطائرة الشاطئية لأول مرة)، ويراقبونها أو يلونها شيء من الاهتمام والعناية، فإنني متأكدة، سوف يعودون مرة ثانية، (مرة أخرى)، وذلك لأسباب عديدة، منها الاستمتاع بمشاهدتها مرة أخرى، وذلك كله بسبب أن اللاعبين أو اللاعبات، قد انتزعوا إعجابهم والحكم على ذلك هو، الصراخ، والهتاف، والتصفيق، بسبب والتفاعل مع كل لعبة.

فإنني اعتقد والكلام مازال على لسان اللاعبة هولي ماك بيك ***Holley Mc Peake***، أن مستوى الأداء الخاص باللعب (تعني مستوى الأداء المهاري أثناء المباريات)، سوف يساعد في نمو رياضتنا هذه على أكمل وجه، فهؤلاء الذين خرجوا وأتوا لكي يشاهدوننا، سوف نجد أن هذه اللعبة قد انطبعت في أذهانهم، ومرة تلو المرة نزيد هذا الانطباع الحسن نحو هذه اللعبة، فلقد أحبوها ***They love it***، لقد كانوا (الجمهور) في غاية الاندهاش، لأن المرأة أو السيدة من الممكن أن تكون قوية ***strong***، ورشيقة، ***agile***، وتقوم بأي شيء (مهارة).

- فهي لديها القدرة على الغطس ***she have ability to dive*** الدفاع الطائر ***(flying de fence)***.
- كما ن لديها القدرة على الوثب والضرب والصد ***she have ability to jumping to spike and blocking***.
- كذلك لها المقدرة على الانزلاق والانبطاح على الرمال ***she have the ability to sprawl and slide***.
- أننا نرى كم كبير من الجسم ***a lot of body***، يستطيع أن يتعامل (يلعب) على الرمال، بما في ذلك الغطس على الركبتين ***diving on your***.

أن المستويات الخاصة بهذه الأداءات المهارية هي أحد، إن لم يكن الأسباب التي عملت على نمو وتطوير الكرة الطائرة الشاطئية.

وعند مستوى الأداء المهاري ما يتمتع به اللاعبين واللاعبات، نود أن نشير إلى حقيقة هامة في هذا الشأن، ألا وهي أن معظم المنافسين الذين صنعوا (نقشوا) لأنفسهم أسماء كبيرة، وجاءوا على رأس قمة اللاعبين المصنفين عالميا في الكرة الطائرة المعتادة، والذين لعبوها داخل الصالات المغلقة ***in door's volleyball***، هم أنفسهم هؤلاء الذين أحدثوا النمو والتطوير، وكذلك التغيير أو التبديل في الكرة الطائرة الشاطئية، الذي كنا نعتقد أنه سوف يأخذ الكثير من

الوقت، أو لن يعود وهم السبب أيضا الرئيسي في حدوث هذه الطفرة في الكرة الطائرة الشاطئية، خلال فترة وجيزة من الزمن، وبالطبع فإن هذا الأمر ينطبق على الرجال والسيدات في آن واحد.

إن حساسية (إحساس) جين سميث ***Jin smith Senses*** نجدها قد تغيرت من خلال الطبيعة الخاصة بلعبة الكرة الطائرة الشاطئية التي كانت ترجمة خاصة بالنسبة لما يعرف ***Bay Watch*** أو الكل يهز هذه ***all jiggle***، أو ترجمة لشيء لا جوهري ***no substance***، (هذه كلها كناية على أن الشاطئ كان للمشاهدة، أو الرقص، أو الحفلات الراقصة، جميعها لا تشكل أمر جوهري).

تأكيدا على ذلك أنه ومنذ سنوات عديدة، كان معظمنا، يعتقد أو يعتبر الشاطئ لمجرد المرح والصخب ***beach bum*** قالت جين سميث، ولكن الآن، فإن هذه النظرة، بدأت تتغير، خاصة عندما تقوم هذه اللعبة بتحقيق ملايين الدولارات.

فالناس عند ملعب الكرة الطائرة الشاطئية يقولون: "الآن لابد أن يكون هناك شيء تجاه ذلك الشيء الرياضي.

Hmm there must be something to that say's peoples.

بول نيوي باري

Paul New bary

نظرة على لجنة الكرة الطائرة الشاطئية
داخل الاتحاد الأسيوي
Looking at Beach volleyball Committee in Asian Federation

لجنة الاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة الشاطئية
Asian volleyball Beach Committee (AVC)

يعتبر الاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة من أنشط الاتحادات القارية ويمثل الكرة الطائرة بشتى أشكالها المعتادة والشاطئية خير تمثيل، والفضل في ذلك يرجع إلى جمهور المسئولون عن اللجان المختلفة داخل هذا الاتحاد المتميز، والذي يحاول كثيرا من الاتحادات القارية تقليده.

ويضم الاتحاد الآسيوي للكرة الطائرة العديد من اللجان مثل لجنة المسابقات ولجنة الحكام، واللجنة الإعلامية، ولجنة الكرة الطائرة الشاطئية... إلخ من العديد من اللجان لا يتسع المجال لذكرها.

ويقول، ت يوزوكي من اليابان *T. Uzuki (TPN)* والذي يشغل رئيس لجنة الاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة الشاطئية *chair AVC Beach Volleyball Committe*، والذي انتخب رئيسا لهذه اللجنة الخاصة (بالكرة الطائرة الشاطئية) داخل الاتحاد الأسيوي، عن جواره، إن عام ١٩٩٢، كان عاما عظيما بالنسبة لأنشطة الكرة الشاطئية (أو للشواطئ)، في قارة آسيا، حيث بدأ تنظيم هذه اللجنة داخل الاتحاد الأسيوي في هذا التاريخ (١٩٩٢)، وقامت بتنظيم أول بطولة للاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة للرجال والسيدات في الفلبين.

The first leg of the AVC circuit for men and women was organized in Philippines.

(والتي سوف نتعرض لها بالتفصيل في وقت لاحق)، فالفلبين من خلال جزيرة بوراكاي *Boracay Island*، قدمت أجمل ملعب للاعبين وكان ذلك (في الفترة من إلى ٥ أبريل من عام ١٩٩٢)، وبمشاركة (٨) ثماني فرق للرجال والسيدات، بينما عقدة الدورة التأهيلية الثانية *The second circuit was held*، على شاطئ باتايا في تايلاند *Pattaya beach Thailand*، وذلك في الفترة من ١٦ إلى ١٧ مايو ١٩٩٢ واشتركت في هذه الدورة ست فرق (زوجي)، (كل فريق يضم لاعبتان)، ممثلين في ذلك (٦) ست دول، وفي هذه الدورة سوف نجد أن الفريق الياباني ما فاز بالمركز الأول، وحصل جائزتها، والتي كانت تتمثل في جائزة مالية قدرها (٢,٠٠٠ دولار أمريكي) من مجموع (١٠,٠٠٠) أمريكي، تمثل قيمة بقية الجوائز الأخرى.

وهنا يوضح ت. يوزوكي *T. Uzuki*، رئيس لجنة الاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة الشاطئية، عن أعمال هذه الدورات، ويقول: "أن قيام وتنفيذ مثل هذه الدورات الشاطئية، والتي تنظمها العديد من الاتحاد الأسيوي، قد أعطت الاتحاد الأسيوي دفعة إلى الأمام، بصفة عامة أمام الاتحاد الدولي للعبة ولجنته المسئولة عن الكرة الطائرة الشاطئية بصفة خاصة انطباعا، جدير بالاحترام نتيجة المجهودات التي تبذل من قبل اللجنة في هذا الشأن.

فمثلا في أبريل عام ١٩٩٢، نجد أن دولة البحرين (إحدى الدول المنضمة إلى الاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة)، فقد نظمت أول بطولة عربية للكرة الطائرة الشاطئية للرجال.

In April, Bahrain organized the 1st Arab champion ship for men.

أيضا هناك دولة أخرى من دول الاتحاد الأسيوي، ألا وهي الهند، فنجدها هي الأخرى أقامت أول بطولة دولية للكرة الطائرة الشاطئية في الفترة من ٢٧ إلى ٢٩ مارس ١٩٩٢، كما نظمت لجنة الكرة الطائرة الشاطئية، بالاتحاد الأسيوي للعبة المباريات التمهيدية *prelimimary*، في ذات السنة لترشيح الفرق للأولمبياد للسيدات.

وعلى الشاطئ الذهبي الشهير في استراليا *At the famous Gold Coast in Australia* نجدها هي الأخرى، باعتبارها أحد الأعضاء البارزين في الاتحاد الأسيوي، نظمت أول بطولة لاختيار الفريقين اللذين سوف يمثلانها في دورة أسبانيا، في ذاك الوقت، وفي هذه البطولة، نجد أن فريقان من استراليا قد تأهلا فعلا للعب في أسبانيا، وكانت الفرق المشاركة في هذه الدورة فرق لا يستهان بها فاستراليا، نجدها اشتركت بفريقين، واليابان (بفريقين)، وكل من الصين، وكوريا، ونيوزيلندة بفريق واحد،

ويؤكد ت. يوزوكي *T. Uzuki*، لقد انطلقت من لجنة الكرة الطائرة الشاطئية بالاتحاد الأسيوي للعبة، العديد من البطولات تحت إشراف هذه اللجنة، فبالإضافة إلى البطولة الدورية للزوجي للاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة (لجنة الشاطئية)، نجد أنه قد أقيمت أربع بطولات جانبية للكرة الطائرة الشاطئية، وذلك باتحادات هونج كونج، والصين الوطنية، وماليزيا، المنضمة للاتحاد الأسيوي.

وذلك لتطوير الكرة الطائرة الشاطئية، وذلك في نهاية الأربع أسابيع من شهر يونيو ١٩٩٢، ويجدر الإشارة إلى أن مثل هذه البطولات، والكلام مازال عن لسان يوزوكي، قد تدعمها بعض العروض من الوكالات التجارية للمساعدة في المشروعات المالية.

وفي هذا الصدد نجد أنه كانت هناك جوائز مكافآت للراعيين الرسميين، فقد ذهبت إحدى الجوائز إلى شركة تدعى ميزونو، باعتبارها من الشركات التي ساهمت في إنجاح مثل هذه البطولات، أما مكافأة (جوائز) المؤسسة الأكثر تعاونا في إخراج مثل هذه البطولات، فقد ذهبت شركة موجودة في مقاطعة سوشاي في تايلاند، وشركة إيفنتيركورب في غرب استراليا.

نتائج دروة الاتحاد الدولى للكرة الطائرة الشاطئية لعام ١٩٩١م

اليابان – شاطئ يوكوهاما ٢٠-٢١ يوليو ١٩٩١م

نتائج الدور قبل النهائى والنهائى

JAPAN - B	(13 - 15)	JAPAN - A
FRANCE	(15 - 5)	SPAIN
ITALY	(6 - 15)	USA
AUSTRALIA	(10 - 15)	BRAZIL

اليابان «ب»	(١٣ ـ ١٥)	اليابان «أ»
فرنسا	(١٥ ـ ٥)	أسبانيا
إيطاليا	(٦ ـ ١٥)	أمريكا
استراليا	(١٠ ـ ١٥)	البرازيل

JAPAN - B (7 - 15) SPAIN
Deciding match for 7th and 8th places

JAPAN - A (4 - 15) FRANCE
Deciding match for 5th and 6th places

ITALY (8 - 15) AUSTRALIA
Deciding match for 3rd and 4th places

USA 2 (8 - 12) (12 - 5) (15 - 9) 1 BRAZIL
Final match for 1st and 2nd places

اليابان «ب» (٧ ـ ١٥) أسبانيا
(مباراة لتحديد المراكز ٧، ٨)

اليابان «أ» (٤ ـ ١٥) فرنسا
(مباراة لتحديد المراكز ٥، ٦)

أمريكا ٢ (٨ ـ ١٢) (١٢ ـ ٥) (١٥ ـ ٩) ١ البرازيل
المباراة النهائية للمراكز الأول والثاني

The Champions:	Tim Walmer, Al Janc	USA	أمريكا	تيم فالنر ـ الجانك	أبطال المركز الأول
Second Place:	Andre Lima Perlingeiro, Guilherme Luis Marques	BRAZIL	البرازيل	اندريه ليما ـ جويلهيرم ماركيز	المركز الثاني
Third Place:	Andrew Burdin, Julian Prosser	AUSTRALIA	استراليا	اندرو بوردين ـ جوليان بروسر	المركز الثالث
Fourth Place:	Marco Solustri, Gianni Mascagna	ITALY	ايطاليا	ماركو سولستري ـ جياني ماسكانا	المركز الرابع
Fifth: Place	Jean Philippe Jodard, Christian Penigau	FRANCE	فرنسا	جين فيليب ـ كريستيان بنجولد	المركز الخامس
Sixth Place:	Eizaburo Mitsuhashi, Yasunori Kumada	JAPAN - A	اليابان أ	ايزابورو متسو هاشي ـ يا سونوري	المركز السادس
Seventh Place:	Manuel Berenguel, Javier Yuste	SPAIN	أسبانيا	مانويل بيرينجل ـ جافيير يوست	المركز السابع
Eighth Place:	Kazufumi Yamamoto, Yasumasa Tanaka	JAPAN - B	اليابان ب	كازوفومي ياماميت ـ ياساوماسا تاناكا	المركز الثامن

بطولة دورة ألعاب جودويل على شواطئ التفاحة الرملية نيويورك

من اهم المعالم القديمة القليلة «للتفاحة الكبيرة» (نيويورك) توجد حديقة سنترال باركه وهي عبارة عن الرئة الخضراء لهذه المدينة التي تمكنت من تخصيص مثل هذه المسطحات العامة للقاءات الجماهير والمتعة الشخصية حيث لا تتخيل ذلك. حسن، إن هذه الحديقة التي تعتبر الرئة الخضراء لنيويورك سوف تتغطى برمال في الفترة من ٢٢ يوليو الى ٢ أغسطس لاستضافة دورة «الكرة الطائرة الشاطئية - ألعاب غودويل»، وهي عبارة عن ألعاب الصداقة والوطنية والتي إخترعها العقل الخلاق لتيد تيرنر، الرجل الذي اخترع CNN وقلب نظام البث التلفزيوني العالمي رأساً على عقب. ولقد بدأت دورة ألعاب غودويل (Goodwill Games) عام ١٩٨٦ في موسكو (عندما كان العالم لايزال يعيش في منطق القطبين العالميين) ثم استمرت عام ١٩٩٠ في مدينة سيتل، وفي عام ١٩٩٤ في سان بيتروبورغو. ومنذ نشأتها وهي تتخذ من الاتحاد الدولي للكرة الطائرة كاحد افضل شركائها. وفي اول دورتين (٨٦ و٩٠) شاركت الكرة الطائرة الداخلية (indoor) في أعلى المستويات، ثم منذ عام ١٩٩٤ دخلت الكرة الطائرة الشاطئية للمشاركة في هذه الدورة العظيمة.

وفي ستاد «ولمان» في قلب حديقة سنترال باركه توجد كمية رمال كافية لتحويل الملعب لمشهد من مشاهد فيلم «لورنس جزيرة العرب»، وسوف يتم نشر هذه الرمال على أرض الملعب للقيام بدورتين شيقتين. وسوف يتبارى افضل ثنائي بكل من الدول السبعة الأولى بالاتحاد الدولي للكرة الطائرة، إضافة إلى «وايلد كارد» فاز بها في كلتا الدورتين الفريق الأمريكي. وبرنامج الرجال يشير إلى تنافس بطلي العالم البرازيليين بارا-غويلهيرم (الفائزين بنفس اللقب العام الماضي في لوس أنجليس)، والنرويجيان كفالدهايم - ماسيدي، والأرجنتينيان مارتينس - كوندي، والسويسريان لاشيفا - لاشيفا، والكنديان تشايلد - هيس، والأستراليان بروسير - زاهنير، والأمريكيان سميث - ريتشي لوينس وكيرالي - جونسون. وحصل كارش كيرالي (الفائز بالميدالية الذهبية في اتلانتا) وزميله الحالي في دورة أ.ف.ب. آدم جونسون، على الوايلد كارد.

وعلى نفس القرار كان مستوى دورة النساء هائلاً. وتربع على قمة المجموعة الأولى ملكات الوورلد تور، اي البرازيليتان شيلدا وأدريانا بيهار. بجانبهما الأمريكيتان ماكبيك - ارسي، والألمانيتان فريدريكسين - موش، والأستراليتان بوتهارست - مانسير، والايطاليتان بروسكيني - سولاتسي، والتشيكيتان دوسوديلوفا - تشيلبوفا، والكنديتان دراكيش - دومونت، والثنائي الأمريكي الآخر كيربي - ماساكايان (وايلد كارد).

نتمنى لكم جميعاً دورة جيدة.

بعض من نتائج بطولات العالم للرجال والسيدات عام ١٩٩٧

فى الكرة الطائرة الشاطئية

World Championships - Men

Los Angeles, 10/13 September 1997 - Main Draw Results

No.	Rnd.	Br.	Date	Team A	Team B	Result	Time
1	I	W	11 Sep	Loiola-Anjinho BRA	Kranh-Oethe GER	2-0 (12-1, 12-8)	0:44
2	I	W	11 Sep	Palinek-Kubala CZE	P.Laciga-M.Laciga SUI	1-2 (9-12, 12-10, 10-12)	1:34
3	I	W	11 Sep	Parà-Guilherme BRA	Ahmann-Hager GER	2-0 (12-11, 12-3)	1:24
4	I	W	11 Sep	Duda-Fred BRA	Kvalheim-Maaseide NOR	2-0 (12-11, 12-5)	1:01
5	I	W	11 Sep	Kiraly-Johnson USA	Maia-Brenha POR	2-0 (12-10, 12-2)	1:08
6	I	W	11 Sep	Heidger-Leinemann CAN	Holdren-Rogers USA	1-2 (12-6, 5-12, 7-12)	1:18
7	I	W	11 Sep	Martinez-Conde ARG	Roberto Lopes-Franco BRA	0-2 (11-12, 8-12)	1:31
8	I	W	11 Sep	Penigaud-Jodard FRA	Paulo Emilio-Paulão BRA	0-2 (5-12, 4-12)	1:03
9	I	W	11 Sep	Whitmarsh-Coman USA	Guissart-Doulofeu FRA	2-0 (12-9, 12-2)	1:09
10	I	W	11 Sep	Salema-Baracetti ARG	Fonoimoana-Lewis USA	0-2 (3-12, 9-12)	1.15
11	I	W	11 Sep	Child-Heese CAN	Sinjin Smith-Henkel USA	2-1 (4-12, 12-9, 13-11)	1:28
12	I	W	11 Sep	Kjemperud-Hoidalen NOR	Zé Marco-Emanuel BRA	1-2 (11-12, 12-7, 7-12)	1:20
13	I	W	11 Sep	Dodd-Heidger	Karasev-Pospelov RUS	2-0 (12-11, 12-7)	1:05
14	I	W	11 Sep	Bosma -Diez ESP	Tanner-Ian Clark USA	0-2 (5-12, 6-12)	1:17
15	I	W	11 Sep	Boulianne-Swatik USA	Prosser-Zahner AUS	0-2 (5-12, 6-12)	1 15
16	I	W	11 Sep	Ponomarenko-Anton GER	Steffes-Blanton USA	0-2 (9-12, 3-12)	0:44
17	II	W	12 Sep	Loiola-Anjinho BRA	P.Laciga-L.Laciga SUI	2-1 (12-10, 9-12, 16-14)	1:36
18	II	W	12 Sep	Parà-Guilherme BRA	Duda-Fred BRA	2-0 (12-8, 12-4)	1:22
19	II	W	12 Sep	Kiraly-Johnson USA	Holdren-Rogers USA	2-1 (5-12, 12-6, 12-10)	1:17
20	II	W	12 Sep	Roberto Lopes-Franco BRA	Paulo Emilio-Paulão BRA	0-2 (9-12, 10-12)	2:00
21	II	W	12 Sep	Whitmarsh-Coman USA	Fonoimoana-Lewis USA	2-0 (12-6, 12-3)	1:10
22	II	W	12 Sep	Child-Heese CAN	Zé Marco-Emanuel BRA	0-2 (9-12, 9-12)	1:27
23	II	W	12 Sep	Dodd-Heidger USA	Tanner-Ian Clark USA	1-2 (12-7, 9-12, 9-12)	1:23
24	II	W	12 Sep	Prosser-Zahner AUS	Steffes-Blanton USA	0-2 (9-12, 8-12)	1:38
25	III	W	12 Sep	Loiola-Anjinho BRA	Parà-Guilherme BRA	0-2 (7-12, 6-12)	1:19
26	III	W	12 Sep	Kiraly-Johnson USA	Paulo Emilio-Paulão BRA	1-2 (6-12, 12-5, 9-12)	1:18
27	III	W	12 Sep	Whitmarsh-Coman USA	Zé Marco-Emanuel BRA	2-0 (12-5, 12-4)	0:52
28	III	W	12 Sep	Tanner-Ian Clark USA	Steffes-Blanton USA	0-2 (4-12, 3-12)	1:02
29	S	W	13Sep	Parà-Guilherme BRA	Paulo Emilio-Paulão BRA	2-1 (10-12, 12-8, 15-13)	2:16
30	S	W	13Sep	Whitmarsh-Coman USA	Steffes-Blanton USA	2-0 (12-5, 12-8)	1:08
31	F1	F	13Sep	Parà-Guilherme BRA	Whitmarsh-Coman USA	2-1 (5-12, 12-8, 12-10)	1:30

World Championships - Women

Los Angeles, 10/13 September 1997 - Main Draw Results

No.	Rnd.	Br.	Date	Team A	Team B	Result	Time
1	I	W	11 Sep	Arce-McPeak USA	Roque-Knoop USA	2-0 (12-9, 12-6)	1:02
2	I	W	11 Sep	Manser-Fenwick AUS	Solazzi-Bruschini ITA	1-2 (6-12, 12-11, 9-12)	1:06
3	I	W	11 Sep	Ana Richa-Adriana Bento BRA	Eta-Tiny INA	2-0 (12-4, 12-4)	0:35
4	I	W	11 Sep	De Marinis-Nascimento ITA	Masakayan-Youngs USA	0-2 (6-12, 1-12)	0:43
5	I	W	11 Sep	Pottharst-Cook AUS	Broan Ouellette-Tough CAN	2-0 (12-2, 12-1)	0:34
6	I	W	11 Sep	Schmidt-Staub GER	Kirby-Reno USA	0-2 (7-12, 8-12)	1:04
7	I	W	11 Sep	Schoon Kadijk-Kadijk R. NED	Takahashi-Ishizaka JPN	2-1 (4-12, 12-11, 12-10)	1:05
8	I	W	11 Sep	Zè Maria-Sarmento POR	Monica-Adriana Samuel BRA	0-2 (10-12, 0-12)	1:04
9	I	W	11 Sep	Jackie Silva-Sandra Pires BRA	Chisholm-Richardson USA	2-0 (12-5, 12-6)	1:09
10	I	W	11 Sep	Perotta-Gattelli ITA	Blomquist-Schaefer USA	1-2 (8-12, 12-9, 11-13)	1:34
11	I	W	11 Sep	Magda-Slomara BRA	Wilson-Straton AUS	2-1 (11-12, 12-5, 12-8)	1:12
12	I	W	11 Sep	Hashimoto-Teru Saiki JPN	Friedrichsen-Müsch GER	0-2 (4-12, 7-12)	0:54
13	I	W	11 Sep	Fontana-Hanley USA	Huygens Tholen-Clarke AUS	2-0 (12-1, 12-3)	0:44
14	I	W	11 Sep	Hudcova-Tobiasova CZE	Rock-Poppinga USA	0-2 (9-12, 11-12)	1 16
15	I	W	11 Sep	Dumont-Draklich CAN	Dosoudilova-Celbova CZE	0-2 (6-12, 6-12)	0:57
16	I	W	11 Sep	Castro-Stammer USA	Adriana Behar-Shelda BRA	0-2 (3-12, 0-12)	0:53
17	II	W	11 Sep	Arce-McPeak USA	Solazzi-Bruschini ITA	2-0 (12-6, 12-3)	1:12
18	II	W	11 Sep	Ana Richa-Adriana Bento BRA	Masakayan-Youngs USA	0-2 (8-12, 8-12)	1:02
19	II	W	11 Sep	Pottharst-Cook AUS	Kirby-Reno USA	0-2 (4-12, 2-12)	1:05
20	II	W	11 Sep	Schoon Kadijk-Kadijk R. NED	Monica-Adriana Samuel BRA	0-2 (7-12, 5-12)	0:49
21	II	W	11 Sep	Jackie Silva-Sandra Pires BRA	Blomquist-Schaefer USA	2-0 (12-2, 12-4)	0:53
22	II	W	11 Sep	Magda-Slomara BRA	Friedrichsen-Müsch GER	2-1 (12-8, 6-12, 12-8)	1:10
23	II	W	11 Sep	Fontana-Hanley USA	Rock-Poppinga USA	2-1 (12-9, 9-12, 12-7)	1:30
24	II	W	11 Sep	Dosoudilova-Celbova CZE	Adriana Behar-Shelda BRA	0-2 (11-12, 9-12)	1:17
25	III	W	12 Sep	Arce-McPeak USA	Masakayan-Youngs USA	2-0 (12-6, 12-5)	1:03
26	III	W	12 Sep	Kirby-Reno USA	Monica-Adriana Samuel BRA	2-0 (12-10, 12-4)	1:23
27	III	W	12 Sep	Jackie Silva-Sandra Pires BRA	Magda-Slomara BRA	2-0 (12-6, 12-6)	0:54
28	III	W	12 Sep	Fontana-Hanley USA	Adriana Behar-Shelda BRA	1-2 (9-12, 12-5, 9-12)	1:56
29	S	W	13 Sep	Arce-McPeak USA	Kirby-Reno USA	2-0 (12-4, 12-9)	1:17
30	S	W	13 Sep	Jackie Silva-Sandra Pires BRA	Adriana Behar-Shelda BRA	2-1 (12-11, 4-12, 12-3)	1:43
31	F1	F	13 Sep	Arce-McPeak USA	Jackie Silva-Sandra Pires BRA	1-2 (11-12, 12-1, 10-12)	1:29

I

دورات الكرة الطائرة الشاطئية الآسيوية
الأفضل تنظيما في العالم
The Asian Beach volleyball Circuit is the best organized in the world

أصبحت الكرة الطائرة من الألعاب والأنشطة الرياضية واسعة الانتشار، فيقول عنها شيف إيدتيور ***Chiff Editor***، عن اللعبة، أنه ومنذ اختراعها من مائة عام زاد حجمها بشكل كبير إذا قيست بعدد المشاركين والذين أصبحوا عدة ملايين)، منتسبين رسميا إلى الاتحادات الوطنية (البالغة ٢١٠) اتحادا، أو بعد المسابقات الدولية على نطاق العالم، فقد اخترقت اللعبة كل مستويات المجتمع في جميع قارات العالم إلى الحد الذي تحلم به فقط معظم اللعبات.

وعند السفر إلى أفريقيا وأوربا أو الأمريكتين أو آسيا، فيمكنك أن تشاهد اللعبة في الداخل وعلى الشاطئ وعلى الحشائش الخضراء وحتى على الثلج .

When you travelling to Africa, Europe, the Americas or Asia, at possible to see the sport in door's on the beach or grass even on the snow.

وبينما تكون بعض الألعاب مرتبطة كثيرة بطبقة معينة من المجتمع فإن الكرة الطائرة تجتذب الجميع، جميع طبقات المجتمع، فهناك ارتباط وثيق بين الكرة الطائرة والأعمال الكبيرة، خاصة في اليابان، وقد استفاد الكفلاء (والراعيون الرسميون) ***sponsors*** استفادة كبيرة من الشراكة بين اللعبة والتجارة، فللكرة الطائرة صورة، أثبتت من خلال التسوق الذكي أنها ذات قيمة عالمية، وتعتبر من الرياضات المتعددة التي لها تاريخ طويل في العالم، واحتفالات يمكن ملاحظة صورها المتعددة، فهي دائمة تنمو حجما وعددا، ويبدو أن الكرة متواجدة دائما في تلك الأحداث، حيث ينظر إليها باعتبارها

رياضة لها قيمتها في الثقافة فعلى سبيل المثال تمارس الكرة الطائرة في مهرجانات الرياضات المتعددة مثل الألعاب الأولمبية، أبطال العالم، الألعاب الأسيوية، اليونيفرساد، ألعاب جنوب الباسفيكي، ألعاب ميكرونيسيا، مهرجان رياضات آرفور، ألعاب جنوب شرق آسيا.

For example volleyb is played in such multi sport festivals as:

- ***Olympic Games.***
- ***Asian Games.***
- ***South pacific Games.***
- ***World Masters Games.***
- ***Universal.***
- ***Micronesian Games.***
- ***Arafura sports festival.***
- ***South East Asia Games.***

ويسمح لي القارئ العزيز، أن أقوم هنا وأتناول بالتعريف عن اليونيفرسال لأهمية ذلك بتنظيم رة الطائرة، إن اليونيفرساد ***The Universiade***، هو الذي يوضح مدى تغلغل الكرة الطائرة حول العالم، فاليونيفرساد والذي عقد مؤخرا في فوكاكا باليابان ***The Universal held recently in Fukuoka, Japan.*** والذي ضم حوالي (٦٠٠٠) رياضي من ١٦١ دولة، شكل لاعبوا الكرة الطائرة ٦٠٪ من مجموع تعداد الرياضيين، وهذا بالتالي توضيح كلاسيكي على حضور الكرة الطائرة الشاطئية بلغة العالم، ولقد أوضحت التقارير عن تلك اليونيفرساد والتي أقيمت في (فوكاكا) والذي حصل فيها فريق كوريا (رجال) وفريق الصين (سيدات) على الميدالية الذهبية وبرغم من ازدحام الجدول بالأحداث فعلى مديري الكرة الطائرة أن يتأكدوا من الانتشار لمن يتحول إلى تشبع ضار ***Volleyball administrators must make sare that pervasiveness does not turn into unhealthy saturation.***

وقائع مهرجان اليونيفرساد

فوكاكا – اليابان

ويسمح لي القارئ العزيز أن أشير هنا إلى ذلك *Universade,* اليونيفرساد – فوكاكا – اليابان *Fukuoka, Japan.* – حيث تفوقت الفرق الآسيوية بذهبيتين وفضية *Asian teams excel with two gold and one silve.*

لقد عقدت اليونيفرساد في الثامن عشر في مدينة فوكاكا باليابان في الفترة بين ٢٣ أغسطس، و (٣) سبتمبر ١٩٩٥.

وكان مهرجانا ضخما لعدة رياضات لطلاب العالم شاركت فيه ١٦١ دولة وحوالي ٦٠٠٠ رياضي (كما سبق الإشارة) شملت (١٢) لعبة، هي (الكرة الطائرة، ألعاب القوى، والسلة، المبارزة، القدم، الجمباز، السباحة، الغطس،، كرة الماء، الجودو، والبيسبول).

والكرة الطائرة لعبة متميزة في اليونيفرساد وأقيمت في ست أماكن مختلفة، وشكل الرياضيون من ممارسيها (١٠)٪ من المجموع الكلي للرياضيين المشاركين.

بدأ اليونيفرساد يحتل افتتاح مهيبا تمت فيه استاد البيسبول في مدينة فوكاكا الذي امتلئ على آخره. بنحو حوالي ستين ألف متفرج. وتمت له تغطية تليفريونية شاملة وتكلف مئات الدولارات الأمريكية.

ولقد تمت استضافة الرياضيين والمدربين في قرية أنشئت خصيصا لليونيفرساد وقدمت أجود الأطعمة والعديد من البرامج الثقافية، وأقام

الاداريون في فندق ومنتجع سي هوك *Sea Howk*، وهو فندق (٥) خمس نجوم حديث البناء، ويتميز بالضيافة والتسهيلات ذات المستوى العالي، وهناك أيضا كان مقر رئاسة اللجنة المنظمة ومكتب الكرة الطائرة، وملتقى للعديد من الأنشطة الاجتماعية *And this was also the venue for a number of social functions.*

وبشكل عام كان اليونيفرساد الثامن عشر على أعلى درجات التنظيم فقد اكتنست المدينة بالإعلام، ولافتات الدعاية لليونيفرساد، وخصصت محطة تليفريونية لتغطية الحدث، وعرضت تشكيلة واسعة من البضائع للبيع، وقد اعتنى المنظمون بالرياضيين وأساليب كثيرة مثلا:

- كانت الجولات في أنحاء المدينة بالحافلات (الأتوبيسات) والقطارات مجانية للرياضيين والإداريين.

- *Travel on the city buses and trains was free to a athletes and officials.*

- برامج ثقافية متنوعة ومجانية للمشاركين (دروس) للأوريجابي، برامج للمقيمين، وملابس الكيمونو، وجولات في المتاحف، وحفلات الموسيقى.

- *Extensive cultural programs were free for the participants origami lessons, home stay programs, kimono dressing museum tours – music concerts.*

****

- أطعمة ذات مستوى عالي أعدت بشكل يناسب جميع الأذواق والديانات

- *Th food was excellent quality and carefully planned to cater for all tastes and religions.*

****

- إقامة على مستوى عالي.

- A commendations was of a good standard.

****

- حرية مشاركة الرياضيين في جميع الأحداث الرياضية

- *Athletes had a free access to all sports events.*

****

- نرود الرياضيون في القرية بدراجات لنقلهم.

- *Athletes in the village were supplied bicycles for transpiration.*

****

- اقيم عدد من الاحداث الاخرى ذات الأهمية أثناء اليونيفرساد

- *number of other event accrued during the universalde.*

****

- حفل استقبال حضرة أمير وأميرة اليابان.

- *A welcome reception which Imperial price and princess of Japan attended.*

****

- الجمعية العمومية لـ *F.J.S.U*.

- *The FISU General Assembly.*

****

- مؤتمر دراسة جامعة الرياضة.

- *The conference for the study of university sport.*

****

- ملتقى لمناقشة الأمور.

- *The Forum for debating issues.*

****

- استضافة عمدة فوكاكا لحفل استقبال.

- *A reception hosted by the Fukuoka mayor.*

****

- الإعلان عن فوكاكا كمدينة دولية رياضية.

- ***The announcement of Fukuoka as an International sports metropolis.***

****

- حفل وداع .

- ***A freewill reception.***

****

- الحفل الختامي .

- ***The closing ceremony.***

****

التنظيم الخاص بالكرة الطائرة الخاص باليونيفرساد
Volleyball Organization for the Universade

في الحقيقة وكتعليق عن التنظيم الخاص بالكرة الطائرة في اليونيفرساد، كما هو متوقع من الاتحاد الياباني للكرة الطائرة وكذا اتحاد فوكاكا للكرة الطائرة كان المستوى العام وكفاءة التنظيم للكرة الطائرة على مستوى عالمي إضافة إلى حسن الضيافة الذي كان يمثل مستوى النقد. وبكل المقاييس كانت الكرة الطائرة لا تصل تظميا بين جميع اللعبات في اليونيفرساد الثامن عشر وكمثال على ذلك كانت النتائج ترسل عن طريق شبكة الكمبيوتر وكانت التسهيلات رائعة وفي معظم المباريات، حيث تملأ الصالة عن آخرها بالجمهور وطلبة المدارس الذين أضفوا الكثير على جو اللعب، كما تم بث المباراة النهائية للسيدات بين الصين واليابان تليفزيونيا.

كان مستوى اللعب عاليا جدا لسبع فرق المقدمة للرجال ولخمس فرق المقدمة للسيدات وواضح أن منظمات الجامعة تأخذ اليونيفرساد بشكل جاد وغدت فرق الطلبة بخبرات عن دوري العالم والمنتخب، وضمت بعض الفرق ناشئين وطنيين بشكل أساسي ومع عدد من الفرق حضر المدرب الأول الوطني - كان ذلك حدثا يستحق إجازة الاتحاد الدولي للكرة الطائرة ***FIVB*** له.

نتائج الكرة الطائرة الخاصة باليونيفرساد اليابان

Volleyball results for the universade Fukuoka, Japan.

أقيمت (١٥١) مباراة في الكرة الطائرة لـ (٢٨) فريق رجال و (١٤) فريق للسيدات على مدى عشر أيام من السابقة وكانت النتائج كالتالي:

رجال *Men*

١- كوريا.
٢- أسبانيا.
٣- إيطاليا.
٤- إسرائيل.
٥- يوغوسلافيا.
٦- روسيا.
٧- كندا.
٨- الولايات المتحدة.
٩- السويد.
١٠- اليابان.
١١- بلجيكا.
١٢- أركونيا.
١٣- هولندا.
١٤- تركيا.
١٥- استراليا.
١٦- بولندا.
١٧- ألمانيا.
١٨- المكسيك.
١٩- البرازيل.
٢٠- الإمارات.
٢١- أندونيسيا.
٢٢- هونج كونج.
٢٣- ليتوانيا.
٢٤- ماكاو.
٢٥- الصين.
٢٦- البرتغال.
٢٧- نيوزيلاند.
٢٨- جنوب أفريقيا

سيدات *Women*

١- الصين.
٢- اليابان.
٣- روسيا.
٤- الولايات المتحدة.
٥- تايبن.
٦- بيرو.
٧- فرنسا.
٨- أزربيجان.
٩- يوغوسلافيا.
١٠- كندا.
١١- البرازيل.
١٢- المكسيك.
١٣- هونج كونج.
١٤- جنوب أفريقيا

المستقبل *Future*

لليونيفرساد تاريخ قوي ومستقبل مشرق *FISU* تتشوق إلى تحسين الحدث كل عام وتسعى إلى تعاون *FIVB* لتطوير المسابقة في الكرة الطائرة. كان السيد/ مارك تيننت (كندا) غاية في الحرفية والإخلاص لدوره كقائد فني يعود نجاح الكرة الطائرة في فوكاكا بدرجة كبيرة إلى مشاركته الفعالة.

وبعد أن تناولنا أحد البطولات العالمية والمعروفة باليوبيمرساد والتي اقيمت في مدينة (فوكاكا) (باليابان) والتي يبين لنا التنظيم الرائع لأحد الدول الآسيوية (اليابان). فإن من التنظيم لأي بطولة للكرة الطائرة الشاطئية الآسيوية يصبح أمرا متوقعا لما هو معروف عن آسيا والاتحاد الآسيوي من حسن التنظيم. وهذا هو سبب انفرادنا بهذا الموضوع. وعنوان:

دورات الكرة الطائرة الشاطئية الآسيوية الأفضل تنظيما في العالم

The Asian Beach volleyball Circuit is the best organized in the world

لقد أقيمت المباريات في مناطق جذابة مثل جزيرة بوراكي. بتايا كيونز ولومبك .

The events are played in such attractive locations as Boracay Island, Pattaua, Cairns and lombok.

إن الوقائع التي تمت في الهند والتي سوف نشير إليها في نهاية هذا الموضوع. إنها تستحق أن نعطيها حقها، فهي أيضا تستحق لفتة خاصة، حيث أنها نظمت بشكل جيد وتحت رعاية النادي البحري للكرة الطائرة في بلدة مدراس.

That held in India deserves a special mantion as it was excellently organized by Marina Beach volleyball club in Madras.

فقد أحسن استقبال الفرق المشاركة أفضل استقبال واستضيفت في فندق درجة أولى (سياحي). وقد حضر النهائيات حشد جماهيري كبير يتراوح عدده في حدود الست (٦) آلاف متفرج، هذا وقد تم تجهيز الملاعب على أكمل

وجه. فمن حيث الإضاءة تم تجهيزها بأضواء كاشفة حتى يتسنى القيام بالمباريات ليلا، وتم توزيع ميداليات تذكارية للاعبين الفائزين، هذا وحضر هذا الحدث الرياضي الكبير شخصيا رسمية مهمة، ومتعهدين من الحكومة الهندية، والمكلفين برعاية هذا الحدث الرياضي الهام. *And the sponsors attended* ولم يكتفي بهذا فقط فإعلاميا قام تليفزيون دوردشاشان الهندي *Doordarshan Indian television*، والذي قام بتغطية هذا الحدث بالنقل المباشر لمدة ساعتين يوميا، وذلك باستخدام أربع (٤) كاميرات، وكذلك فقد تم تغطية الحدث صحفيا بشكل واسع.

مرة أخرى يقود الاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة الطريق للاتحاد الدولي للكرة الطائرة من خلال الكرة الطائرة الشاطئية.

Once again, the Asian volleyball confederation is leading the way in the FIVB, in this case with the Beach volleyball.

وسوف نستعرض هنا بعض النتائج الخاصة بهذه الدورة (دور النادي البحري في مدراس بالهند).

أولا: بالنسبة للرجال

المركز	البلد	الأسماء	تايلاند	الفلبين	تابين	الهند	المجموع
Rank	***Country***	***Names***	***Thailand***	***Philippine***	***Taipei***	***India***	***Total***
١	نيوزيلندة	هاميلتون وهاميلتون	الثاني	الأول	الأول	الأول	٢٣٦ نقطة
٢	أندونيسيا	فورمفيد ومتاركوجي	الرابع	الثالث	الثاني		١٥٢ نقطة
٣	اليابان	سيتوياما وكاوي	السابع	السادس	الرابع		١١٨ نقطة
٤	نيوزيلندة	رانفورلي وسويس	الأول	الثاني	–		١١٦ نقطة
٥	استراليا	كروكورت وزاهنر	الثالث	الرابع	–		١٠٠ نقطة

* الفريق يتكون من لاعبان

ثانيا: بالنسبة للسيدات

المركز Rank	البلد Country	الأسماء Names	تايلاند Thailand	الفلبين Philippine	تابين Taipei	الهند India	المجموع Total
١	استراليا	بالم وكوك	الأول	الأول	الأول	الأول	٢٤٠
٢	استراليا	بوتشارتز وهجينيز	الثاني	الثاني	الثالث	الثالث	٢١٢
٣	اليابان	ناكونو واشيزاكا	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	٢٠٠
٤	اليابان	تاوكاهاش ونوجينيا	الرابع	الثالث	الثاني	-	١٥٦
٥	نيوزيلندة	كوكريل وستوجانوفيك	الثالث	الخامس	-	-	٩٤

تابع بطولات الاتحاد الآسيوي
البطولات الوطنية الهندية الأولى
للكرة الطائرة الشاطئية

Indian First National Beach Volleyball

للرجال على شاطئ مارينا في مدراس بالهند في الفترة من ١٤ إلى ١٦ يناير ١٩٩٢.

Championship for men marina beach volleyball (Madras) 14th to 16th January 1992.

وعن وقائع هذه البطولة الهندية الأولى للكرة الطائرة الشاطئية، والتي تدخل من بطولات الاتحاد الآسيوي للطائرة، يذكر عنها . ك. مورجان *K. Maurgan* من الهند، أن الاتحاد الهندي للكرة الطائرة الذي يمثل أحد

الأعضاء المؤسسين للاتحاد الآسيوي، قد نظم البطولة الوطنية الأولى للكرة الطائرة الشاطئية (للرجال) على شاطئ مارينا في مدراس (الهند).

The Volleyball federation of India organized the first National Beach Volleyball Championship for men at Marina Beach in Madras in India.

وذلك في الفترة من ١٤-١٦ يناير ١٩٩٢، واشترك فيها (٢٩) فريقا من جميع أنحاء الهند، وبجوار هذه البطولة نجد أنه قد أقيمت مباريات استعراضية (٥) لخمس فرق سيدات بنظام روبين *The matches were played under round robin system.*، بينما أقيمت مباريات الرجال وفق قواعد الاتحاد الدولي للكرة الشاطئية *The men matches were played as per the rule of he beach volleyball formulated by FIVB.*

هذا وقد اجتذبت المباريات كثيرا من المشاهدين الذين أثارهم في دهشة أداء اللاعبين الفني والمهاري، ومما هو جدير بالذكر أنه لتشجيع مثل هذه البطولات، فقد لعب الاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة دورا هاما في نجاح هذه البطولة حيث تم التزود بالمعدات ضمن برنامج المساعدات للاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة، وقد حاز الفائزون في هذه البطولة على ميداليات وشهادات وجائزة مالية قدرها ٢٠٠٠ روبية (عملة هندية).

نظرة على أحداث سنة أولمبية
بطولة الكرة الطائرة الشاطئية دورة تأهيل لمنطقة آسيا شاطئ
سرفرز براديز - كوينزلاند - استراليا
في الفترة من ٢٧ - ٢٩ مارس ١٩٩٢

Looking over events Olympic year
Beach Volleyball championship
Asian Zone Quakipying Tournament
Surfers paradise Beach Queesland Australia March 27-29-1992

By Jone Gibbs (Aus)

مازال عام ١٩٩٢، هو العام الأكثر نشاطا في الكرة الشاطئية على مستوى الاتحاد الأسيوي، وكذلك الاتحادات المكونة له وذلك بفضل الجهود المبذولة فيقول عنها جون جبس *Jone Gibbs*، أن هذه السنة كانت تمثل السنة المصيرية لعديد من الفرق الآسيوية حيث أقيمت البطولة الأولى للكرة الطائرة الشاطئية للسيدات في استراليا والتي نظرت إليها كثيرا من فرق البلاد المختلفة نظرة خاصة إليها حيث تعتبر من البطولات المؤهلة للدورات الأولمبية، على الرمال الذهبية لشاطئ سرفرز براديز *Surfers Paradise*، وكان ذلك في نهاية (آخر أسبوع) من شهر مارس (١٩٩٢)، وكان هذا الحدث مقدمة تمهيدية لدول منطقة آسيا، المزمع تنافسها في السنة الأولمبية لبطولة العالم للكرة الطائرة الشاطئية، والتي كان سوف يقيمها الاتحاد الدولي للكرة الطائرة في برشلونة مباشرة بعد الألعاب الأولمبية. حيث سيكون من حق الفريقين الأولين، في هذا الحدث التأهيلي، تمثيل دولتيهما، وكذلك تمثيل الاتحاد الأسيوي، إضافة إلى جائزة مالية كبيرة قدرها ٤٠,٠٠٠ دولار أمريكي لقد كان هذا الحدث بالنسبة لكثير من المنافسين هو الختام الأكبر لفصل مثير للكرة الطائرة الشاطئية خلال الصيف.

For many competitions this event was event the grand finals to a most exciting and rewarding season of beach volleyball through the Australian summer.



Winners, sponsors & officials line up! الفائزين ، الكفلاء والعملاء الرسميين

اللاعبات الفائزات، والراعيين والعملاء الرسميين لبطولة الكرة الطائرة الشاطئية بشاطئ سرزر بردايز – كوينزلاند استراليا.

ففي استراليا حيث كان كثيرا من الفرق تتنافس في الكرة الطائرة على المستوى الوطني لعدة سنوات فإن كثيرا من هذه الفرق، سوف نجدها حديثة العهد على لعبة الشواطئ هذه وخاصة اللاعبات كريس ويلسون ***Chris Wilson***، ليزا، ويل كوكس ***Lisa Willcocks***، من استراليا واللتان حصلتا على مركز متقدم على المستوى الوطني في هجوم عاصف في صيف ١٩٩١–١٩٩٢ ***Who took the local scene by storm in the summer of 1991-1992.***

ففي هذه البطولة نجد أن جزيرة كوينز لاند *Quenns land* أعطت بجوها المثالي مع سماء مشمسة طوال النهار. ودرجة حرارة حوالي (٣) درجة مئوية طوال الدورة

ويستطرد جون جيبس *Jon Gibbs*. ويقول عن هذه الدولة "لقد اشتركت ثمانية فرق يمثلون (٥) خمس دول في هذه البطولة، وهي فرق كل من (الصين *China*)، (كوريا *Koria*)، (نيوزيلند *Newzealand*)، ((٢) فريقين من اليابان *Japab*)، وثلاث فرق من الدولة المضيفة (استراليا).

وقد تطلبت المباريات التمهيدية التي كانت أقيمت يومي الجمعة والسبت، حيث تم تقسيم هذه الفرق إلى مجموعتين لكل مجموعة أربعة فرق، حيث جاءت الفرق الاسترالية الثلاث في المجموعة (أ)، مع الفريق الذي مثله (زوج اللاعبتان الكوريتان كيم وباك *Kim and Pak*، وبقيت نيوزيلاند والصين في المجموعة (ب).

ولقد أقيمت المباريات في ذلك الوقت بنظام روبين *Roben System* لتحديد الفريقين للوصول إلى الدول قبل النهائي يوم الأحد، ومنذ البداية كان من الواضح والواقع أن تكون فرق اللاعبات الاستراليات المكونة ويلسون، وبل كوكس *That the Australian Combination of Wilson and Will Cocks*، وكذلك اللاعباتان بالم، وفوركوزا *Paln and Vukosa*، هن الفائزات في المجموعة الأولى، بينما كان زوجي نيوزيلندة، كوكريل وستيوارت *Cockerill and Stewart*، المفضلين في المجموعة الثانية.

وبنهاية عصر يوم السبت، حصلت هذه الفرق الثلاثة على مكانها في الدور النهائي يوم الأحد، وذلك مع الزوجي الياباني ميتامورا وشيوتا *The Japanese pair Mitamure and Shiola*، وفي يوم الأحد تأكد الفائزون في الدور قبل النهائي من مكانهم في دورة برشلونة، وكذلك فقد كانت تلك المرحلة حرجة للفرق الأربعة الباقية.



Japanise dive

دفاع طائر (غطس) يابانى

وعن أحداث المباريات الخاصة بهذه البطولة سوف نجد أن فريق اللاعبتان (ويلسون وبل كوكس) الاستراليتان، قد هزمتا ميتامور وشيوتا ١٥/ صفر وذلك في عرض رائع للمهارات والبداعة جعل اللاعبتان الاستراليتان الأفضل للأشواط الثلاثة النهائية في نهاية ذلك اليوم.

وفي الدور قبل النهائي سوف نجد أن فريق بالم وفوكوزا، قد أزاح فريق كوكريل وزميله اللاعب ستيوارت بنتيجة ١٥/ ٥، حسب النظام (أ).

- وقد لعب الفريقان المهزومان على المركز الثالث وفاز زوجي (نيوزيلندة) على فريق (اليابان) المرهق، وبذلك ظل الفريقان الاستراليان للسيدات (لأن استراليا خاضت هذه البطولة بثلاث فرق كما سبق وأوضحنا)، للعب على النهائي، كما ظلا يفعلان في كثير من الدورات والبطولات، طوال الصيف.

- وعندما كان الفريقان الاستراليان في طريقهما إلى دورة برشلونة فقد اتخذت النهائيات في ذلك الوقت بعد آخر، حيث حاربتا اللاعبات الاسترليات الأربع، ومن خلال الفريقين الخاصين بهن ليحق لهما أن يكونا الفريق الأول على منطقة آسيا.

- فقد ذهبتا اللاعبتان (ويلسون دويل كوكس) إلى النهائي وهما في أحسن حالتهما النفسية، وذلك بعد أن هزمتا اللاعبتان بالم وفوكوزا بنتيجة ٧/١٥، وفي هذه المباراة سوف نجد أن الشوط الأول من الأشواط الثلاث المفضلة لكلا الفريقين، فقد لاعبا كلا الفريقين بقوة، واستمر اللعب دون سيطرة لأي من الفريقين، وعند الاستراحة الثالثة، وعند عودة الفريقين كانت الاستجابة رائعة لدى الفريق الاسترالي. واستغلتا الفرص بإحراز ورفع نقاطهم بإرسال قوي، مع ضربات ساحقة طويلة، ليستحق بذلك اللاعبتان ويلسون كوكس الشوط الأول المتنافس عليه بقوة ١٥-١١، حسب النظام (أ).

- وتستمر روعة الأداء من كلا الفريقين في الشوط الثاني ويستهل بضربة إرسال رائعة من كريس ويلسون ليتقدم فريقهما ٦-٣ ثم نقطة أمام نقطة لكل فريق حتى نتيجة ١١-٦ لصالح اللاعبتان (كريس ويلسون) (ليزا دويل كوكس) الاستراليتان، في شوط ساد فيه القيام بمهارة حائط الصد الرائع لكلا الفريقين.

وفي المحاولة الثانية لكسب الشوط وإنهاء المباراة عند هذه النتيجة قامت ليزا ودوبل كوكس بهجمة ذكية مميزة حول حائط صد جاكي فوكوزا اللاعبتان اليابانيتان، ونتج عن ذلك أنها قد أعطت الفوز لزوجي غرب استراليا كريس ويلسون، وليزا ويل كوكس، نية التفوق لمنطقة آسيا لبطولات عام ١٩٩٢ من شهر أغسطس، وأكدت ظهورا ناجحا جدا في مجال الاحتراف لهذا الصيف.



Japan hits the sand

اليابان تضرب الرمل

اليابان تضرب الرمال

لقد أثبتت دورة التأهيل لمنطقة آسيا المقامة على شاطئ سرفرزبرادايز كوينزلاند - استراليا نجاحا ساحقا لدى جميع المهتمين، حيث كان الفائز فيها

محبا الأنصار للكرة الطائرة الشاطئية في استراليا، وكذلك ظهرت الروح الطيبة التي حلقتها هذه المسابقة الدولية.

ولاشك أن هذا الحدث أثبت أن الكرة الطائرة الشاطئية للسيدات ستستمر في التطور على المستوى الدولي حيث أن لها شعبية كبيرة لدى الجمهور العام.

There is no doubt that this event proved that women's beach volleyball will continue to grow in international stature as it is both popular and malleable to the general public.

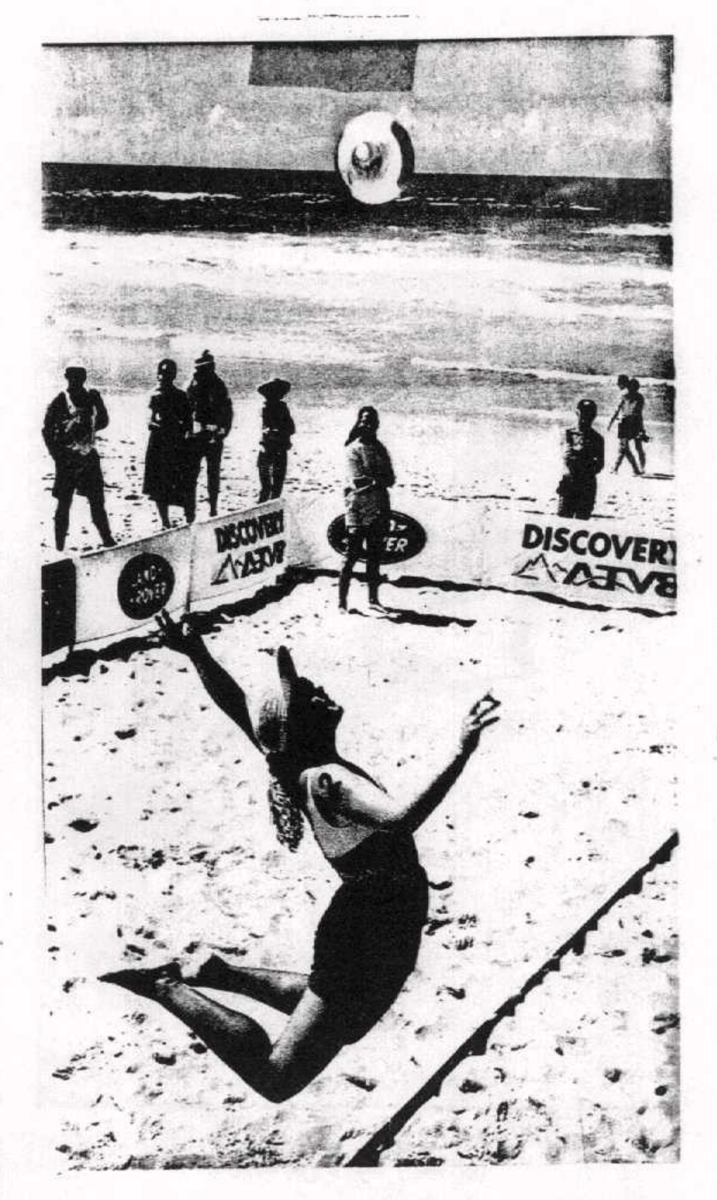
، وذلك من خلال تواجد جمهور كبير طوال فترة إقامة الدورة.

بعض النتائج النهائية الخاصة بالدورة التأهيلية لمنطقة آسيا بشاطئ سرفرز برادايز - استراليا ١٩٩٢

المركز	اسم اللاعبتان (الفريق)	الدولة
الأول	كريس ويلسون/ ليزاوبل كوكس	استراليا
الثاني	أنيتا بالم/ جاكي نوركوزا	استراليا
الثالث	كوكربل/ كليرستوارت	نيوزيلندة
الرابع	فومكو ميتامورا/ وشيوتا	اليابان
الخامس	مار/ دوبلر	استراليا
السادس	ناجاي/ وكاتسونز	اليابان
السابع	لينج دزهانج	الصين
الثامن	كيم/ باك	كوريا

الجوائز الفردية *Individual A Wads*

- أفضل لاعبة *Most valuable player*
  - ليزا ويل كوكس *Lisa Willcocks (Australia)*
- أفضل لاعبه (مهاجمه / ضاربه) *Best Spiker*
  - جاكي فوكسا *Jacqui Vukos (Australia)*
- أفضل (معدة) *Best Setter*
  - أنيتا بالم (استراليا) *Anita palm*
- أفضل (لاعبه صد) *Best Blocker*
  - كلير بالم ستيوارت (نيوزيلندة) *Claire Palm*
- أفصل (لاعبة) مرسلة *Best Server*
  - كريس ويلسون *Chris Wilson*
- أفضل لاعبة مدافعة *Best Defender*
  - نوركيو ميتامورا (اليابان) *Noriko Mitamura*



إرسال مع الوثب للاعبه كريس ويلسون (استراليا)

Chris Wilson Jump Serve (Aus)



بالم باسيس فاكوسا (استراليا)

Palm Passes to Jakosa (Australia)

الدورة الفلبينية الأولى للكرة الطائرة الشاطئية الأسيوية في الفترة من (١) إلى (٥) أبريل سنة ١٩٩٢ بجزيرة بوراكاي، اكلان (الفلبين)

Philolooines first Asian Beach Volleyball circuit April 1 – 5 - 1992 Boracay Island. Aklan Philippines

بقلم سبيا، ك. ويونهارست ***By. W. Spia and K. Potthaest (Australia)***

امتدادا لأنشطة عام ١٩٩٢، والتي ساهم الاتحاد الآسيوي للكرة الطائرة الشاطئية فيها بجهد كبير نرى نشاط آخر للفلبين، ففي جزيرة بوراكاي، في أكلان، ***Boracay Island Aklan***، أنعم رمال وأكثر الشواطئ بياضا، فقد أشارت مجلة هاربرز وكوينز ***Harpers and queen Magazine*** بأنها أفضل شواطئ العالم، فليس هناك أفضل من هذا المكان لإقامة أول انطلاقة لدورة الكرة الطائرة الأسيوية للشواطئ، وقد اجتذبت معركة مراكز الشرف أفضل الفرق من (استراليا)، (البحرين)، وأندونيسيا) (واليابان)، وكوريا، (وماليزيا)، (وتايلاند)، (والفلبين)، لقد تقابلت هذه الفرق جميعها، وكانت ضيوفا على الاتحاد الفلبيني للكرة الطائرة.

The Teams met in Manila and were quests of Philippines volleyball federation.

ولقد بدأ البرنامج باشتراك (مشاركة) جميع اللاعبين المشاركين والمنظمين، في اليوم التالي من وصولهم، برحلتهم إلى (جزيرة الفردوس). ***(paradise island)***، والوصول إلى جزيرة بوراكاي ***To reach the remote Island of Borcay***، البعيدة، لقد كانت رحلة مثيرة ومشوقة للغاية لجميع المشاركين، وذلك للأسباب.

فلقد سافر (٥٠) الخمسين فردا ومرافقيهم بالطائرة إلى كيليبو ***Kelibo*** ثم بالعربة إلي مكان آخر يطلق عليه كايتكلان ***Coach to caticlan***، ثم

بالقوارب إلى الجهة المنشودة، وعندما دار القارب حول الركن الشرقي للجزيرة ولاحت الشواطئ الجميلة أحس الجميع بمس روح الانبهار. فلم يشاهدوا من قبل مثل هذا الساحل الذي يعتبر غاية في الخيال.

- لقد تناول المشاركون والمنظمون الغذاء.
- قضوا ساعتين ليتعودوا على المنطقة المحيطة.
- بعدها ركزوا تفكيرهم في المهمة المقبلة (المباريات).

ولم تشير هذه الجولات الأولى في المباريات أية مفاجأة حقيقية، حيث أن فريقي (اليابان) واستراليا) أظهرا تحكمهما وذلك بالنسبة لكل من فرق الرجال أو السيدات على حد سواء.

وفي جو من الحرارة اللافحة *In searing heat and humidity*، كان الكفاح في المباريات أمام خمس آلاف من سكان الجزيرة، لقد كان الزحام كثيرا، لدرجة أنه في بعض الأوقات لم يكن هناك مكان لطاقم التصوير ليتحركوا بين الجمهور لالتقاط بعض الصور التي سوف تعرض فيما بعد في جميع أنحاء الفلبين.

لقد شهد الدور النهائي للسيدات منافسة بين (الفلبين) (وكوريا)، حيث فازت الفلبين (١٥-١٠)، وفي الدور قبل النهائي هزم فريق (البحرين القوي) أندونيسيا وباقتدار (١٥-٧)، وكان نهائي السيدات بين اللاعبتان سيبا وزميلتها بوتهارست من (استراليا) *Sipa and Potthartst (Australia)* مع ميتامورا، وزميلتها ياما موتو من اليابان *Mitamura and Yamamoto*، حيث تم تقديم عرض ممتاز للمهارات الفنية الجديدة التي وجدت وذلك لكلا الفريقين *it is was an excellent display of new found beach skills by both teams.*

لقد بدأ الشوط الأول بطيئا من كلا الفريقين (الاسترالي)، (الياباني)، ثم ظهرت وأثبتت خبرة اللاعبات الاستراليات بالشواطئ، حيث أظهروا أفضل سلاح لديهم *The Australians beach experience then proved to be their most valuable weapon.*

حيث فازوا بالشوط الأول (٤/١٢)، عندما كان يفوز بالشوطان الأول مايحقق عند النقطة (١٢) قبل الفريق الآخر، حسب النظام (ب) وفي الشوط الثاني بدأت الفتيات (اللاعبات) والذين أصلهم من يونيتيكيا *Unitika* في اليابان بقوة مع تغيير طفيف على خط الدفاع ***started strongly chaning their defence strategies***. ولكن مرة أخرى بعد صراع عنيف ***after a tough struggle*** تمكنت فتيات استراليا من الفوز بالشوط الثاني (٧/١٢) والحصول على اللقب، محتفظات بهيمنتهم المستمرة على الكرة الطائرة الشاطئية في آسيا.

The Title and Sustaining Australia's current dominance of Beach volleyball in Asia.



The Australian winners, left to right:
J. Prosser, K. Pottharst, A. Burdin W. Sipa

الفائزين الاستراليين من الشمال الى اليمين
ج . بروسر ، ك . بوتهارست ، ا . بردن ، وسيبا .

- أيضا كان هناك عرض أكثر من رائع قد قدم في المباراة النهائية للرجال، والذي كان بين اللاعب بوردين وزميله بروسر (من استراليا) ***The player Burdin and his porter prosser***، أمام اللاعبان (كانو)، و(تكانوا) (من

اليابان) *Kano and Takano (Japan)* حيث قدم الفريقان عرضا فنيا ممتازا *an excellent display*، من الدرجة الأولى لألعاب الشواطئ، وإليك عزيزي القارئ أحداث هذه المباراة.

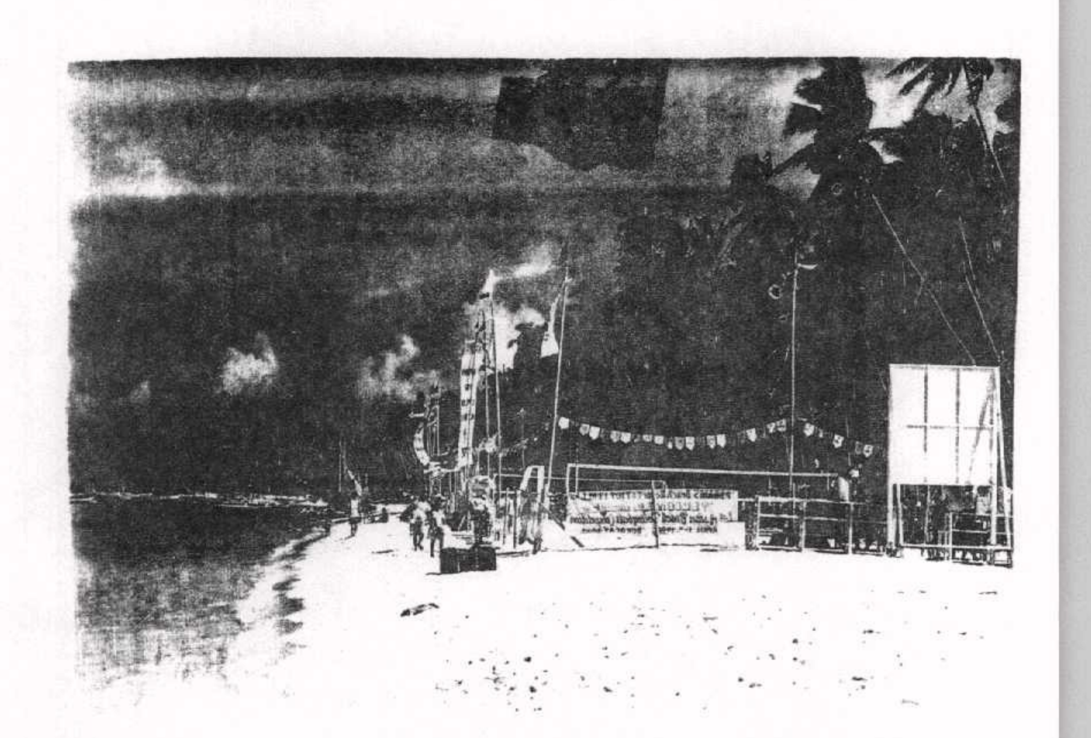
- وفي هذه المباراة كان للزوجي الياباني جمهور غفير *The Japanese pair had a two thousand plus crowd*.
- والذين كانوا يصيحون من الفرح على جهودهم الدفاعية الأكروباتية على الرمال *Screaming with delight over some of their defensive, acrobatic effortsin the sand.*
- إلا أن من خلال دفاع بروسر (اسم اللاعب الاسترالي) من خلال حائط الصد الذي أثبت قوته *prosser's blocking proved toostrong*.
- فقد فاز الأستراليون، بالشوط الأول.
- وبدأ الشوط الثاني في أكثر أوقات النهار حرارة، وكان في الحقيقة معركة بدنية بين الجانبين *it's was a real physical battle between two side*.
- وظهر أثر الحرارة على جميع اللاعبين الأربعة *The heat took its toll on the bodies of all four athletes.*
- لكن هذه الحرارة لم تمنعهم من عرض بعض المهارات الفنية العالية للإرسال الساحق (مع الوثب) *Strong jump serving*، كذلك الدفاع الممتاز *excellent defense*.
- وفي النهاية فاز الاستراليون المتماسكون *The consistent Australians*، بالشوط واللقب وفازوا في الشوط الاول (٤/١٢)، كذلك الشوط الثاني (٩/١٢)، وذلك عندما كان ينتهي الشوط في ذلك الوقت (١٩٩٢) بالفوز من (١٢) نقطة.

هذا وقد نالت الدورة الأولى الحديدة للكرة الطائرة الشاطئية الأسيوية

.The first leg of the newly created Asian Beach volleyball

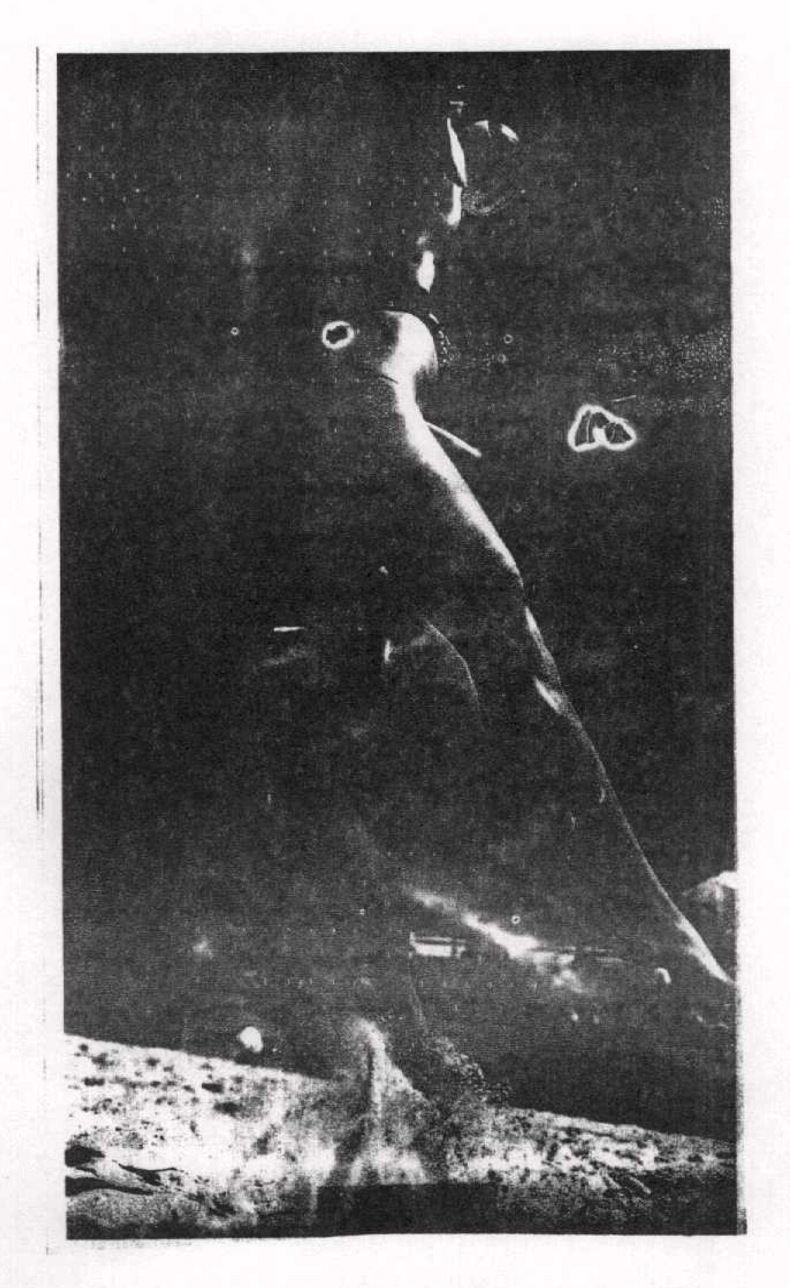
وأخيرا ***At Last*** سوف يكون لجمال وسحر جزيرة بوراكاي أثره الدائم على جميع المهتمين.

At last the beauty and magic of Boracay will have a lasting effect on all concerned.



الفصل التاسع
بطولات الاتحاد الدولى
للكرة الطائرة

- ❖ الاتحاد الدولى للكرةا لطائرة، سلسلة بطولات العالم للسيدات الشاطئية، استراليا ١٩٩٥
- ❖ *FIVB Women Beach Volleyball world championship series, Australia (1995)*
- ❖ مشاركات ومساهمات الاتحاد الدولى للكرة الطائرة فى رعاية الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ *Participation (sharing) FIVB in Sponsors the Beach Volleyball*
- ❖ إشارات عظيمة وهائلة خاصة بدورة (وورلدتور) العالم ١٩٩٨
- ❖ *Great Excitement for the worl Tour 1998*
- ❖ (الجليد) ، الثلج والرمال، ماردل بلاتا (للرجال)
- ❖ *The Snow and the Sands Mardel plate men's*
- ❖ كوباكابانا فى ريو دى جانيرو، محراب الكرة الطائرة الشاطئية (رجال) (١٩٩٨)
- ❖ *Copacabana in Rio de Janeiro historic Snctuaries of Beach Volleyball men's (1998)*



لقطة رائعة من سلسلة بطولات العالم للسيدات الشاطئية

(بريسبين - استراليا)



الاتحاد الدولي للكرة الطائرة
سلسلة بطولة العالم للسيدات الشاطئية
بريسبين - استراليا (١٩٩٥)
FIVB Women Beach Volleyball World championship series – Brisbane Australia (1995)

امتيازاً آخر في تنظيم وإدارة البطولات الشاطئية للكرة الطائرة يحققه أحد الاتحادات المؤسسة للاتحاد الأسيوي، ألا وهو الاتحاد الاسترالي للكرة الطائرة فيقول عنه باري كونرز ***Bary Couzner*** من استراليا ***Australia***.

لقد قام بتنظيم هذا الحدث الرئيسي الهام الذي تواجد في قائمة جداول الاتحاد الدولي للكرة الطائرة (ويقصد بهذا الحدث بطولة العالم للسيدات في الكرة الشاطئية)، الاتحاد الاسترالي ***Volleyball Australia fec***، وذلك في شهر أكتوبر عام ١٩٩٥ في (سوث بنك) في بريسبين ***at south bank in Brisbane***، المكان السابق لأكسبو العالم ١٩٨٨ ***The former site of 1988 world Expo***، لقد كان المكان فريداً، فهو استاد مقفل ومفتوح في وقت واحد، يستخدم عادة للحفلات الموسيقية (والأداء التمثيلي) (المسرحي)، هذا المكان الفريد الذي تحول بذكاء شديد إلى ملعب للكرة الطائرة الشاطئية باستجلاب ما يقدر بحوالي ٣٠,٠٠٠ $ دولار أمريكي من الرمال الناعمة الخاصة بالكرة الطائرة الشاطئية بارتفاع نصف متر، وكانت المكاتب وغرف الاجتماعات، كذلك غرف تبديل الملابس توجد تحت المقاعد، (تحت المدرجات)، وعلى بعد ٥٠م متر من الملعب الأول. أقيم الملعب الثاني تحت أشعة شمس (بريسبين). وباستثناء اليوم الختامي عندما لم تعد هناك حاجة للملعب الخارجي، حيث فتحت السماء أبوابها عشر مرات فهطلت الأمطار ***when the heavens opened up and the outside court was not required, 10 times the monthly average .rain full of Brisbane fell***

ولم تتأثر بذلك النهائيات المقامة فيما يسمى *Sun crop piazze* (الجزء الغائب من الشمس)، بل استمر اللعب على ملعب جاف وبحضور بعض المنظمين الرياضيين *with some very thankfully organizers*، والرياضيين *athletes*، والمشاهدين (المتفرجين) *spectators*، وكذلك اصطاف مراسلي التليفزيون *and T.V crew*، وممثلي الشركات الراعية للبطولة ، وهم على النحو التالي:

بدأت البطولة بحفل افتتاح بمستوى القرن الواحد والعشرين (في ذاك الوقت) حفل قصير وصارخ وبهيج متميز بأضواء الليزر على ملعب الكرة الطائرة الشاطئية

it began with a short sharp and shiny 21st century opening ceremony featuring lights playing volleyball beach over the net.

وانتهت بعد أيام، ويستطرد باري كونز ويقول: "لقد مرت هذه الأيام سريعة وبتقديم سريع للميداليات واحتفال برفع الأعلام في حضور حا... كوينز لاند ***featuring the Governor of Queens land.*** السيدة/ فورد ... كذلك رئيس الخطوط (الجوية) النيوزيلندية ، السيد/ دي جروت (أحد الر عيين الأساسيين للبطولة)، وكذلك النائب الأول لرئيس الاتحاد الدولي، ورئيس الاتحاد الأسيوي السيد/ ماتسيوديرا، علاوة على ذلك حضور هؤلاء من قارعي الطبول التي تحرك المشاعر.

لقد تضمن الحفل اشتراك (٨٠) ثمانون رياضيا من (١٩) دولة رائعين، وفي استعراض لجميع صفات الشخصية والإدارية والحافز والتكريس والعزم والتركيز، وفي الحفل قام أفضل فريق سيدات للكرة الطائرة الشاطئية بأداء مباريات لم يسبق لها مثيل، وكأن حياتهم متعلقة به ولعل البرازيليون اعتقدوا ذلك عندما (لاقوا) ذاقوا الخسارة (النوعية)، أمام الفريق الأمريكي، وابتعدوا عن المركز الأول في العالم.

لقد كانت هناك في هذه البطولة النشوة، وهناك أيضاً خيبة الأمل وكانت اللاعبات الرياضيات هم محور الاهتمام عن جدارة.

There was ecstasy, there was disappointment the athletes women's pluper's were the center of attention and deservedly so.

لقد كانت مبارياتهم وأداؤها أيضا يمثل مرحهن، ما بعده مرح ونشوتهن ما بعدها نشوة وقد استغلوه لأبعد حد ممكن، وبالنسبة للمتفرجين، فقد كان المرح والنشوة والترفيه متصلا وهم يتمايلون مع لعبة، ويصيحون ويهللون ويصفقون مع أخرى وكل روعة ومحاولة أداء.

وبمناسبة الأداء المهاري، فقد كانت المهارة الرياضية العالية والرشاقة العالية والتوقع العالي والمباريات عالية المستوى، خاصة في النهائيات.

There was always a great entertainment, a great athleticism, a great agility, a great anticipation and a great matches.

لقد استمتع الجميع في هذه البطولة بوقت جميل، لقد كانت هذه الدورة فرصة لا تنسى ويقول عنها باري كورنز *Barry Counzner*.

إنها فرصة لا تنسى وقد مضت كالوميض (الضوء السريع/ في غمضة عين)، متعة صافية.

Bary Couzner say about it was a time to remember, it had padded so quickly, it was pure enteriaminment.

وإليك عزيزي... القارئ – بعض من النتائج النهائية لفرق القمة:

Final results for the top four teams:

١– الولايات المتحدة الأمريكية/ في المركز الأول باللاعبين ماك بيك ورينو *.Reno / Mcpeak*

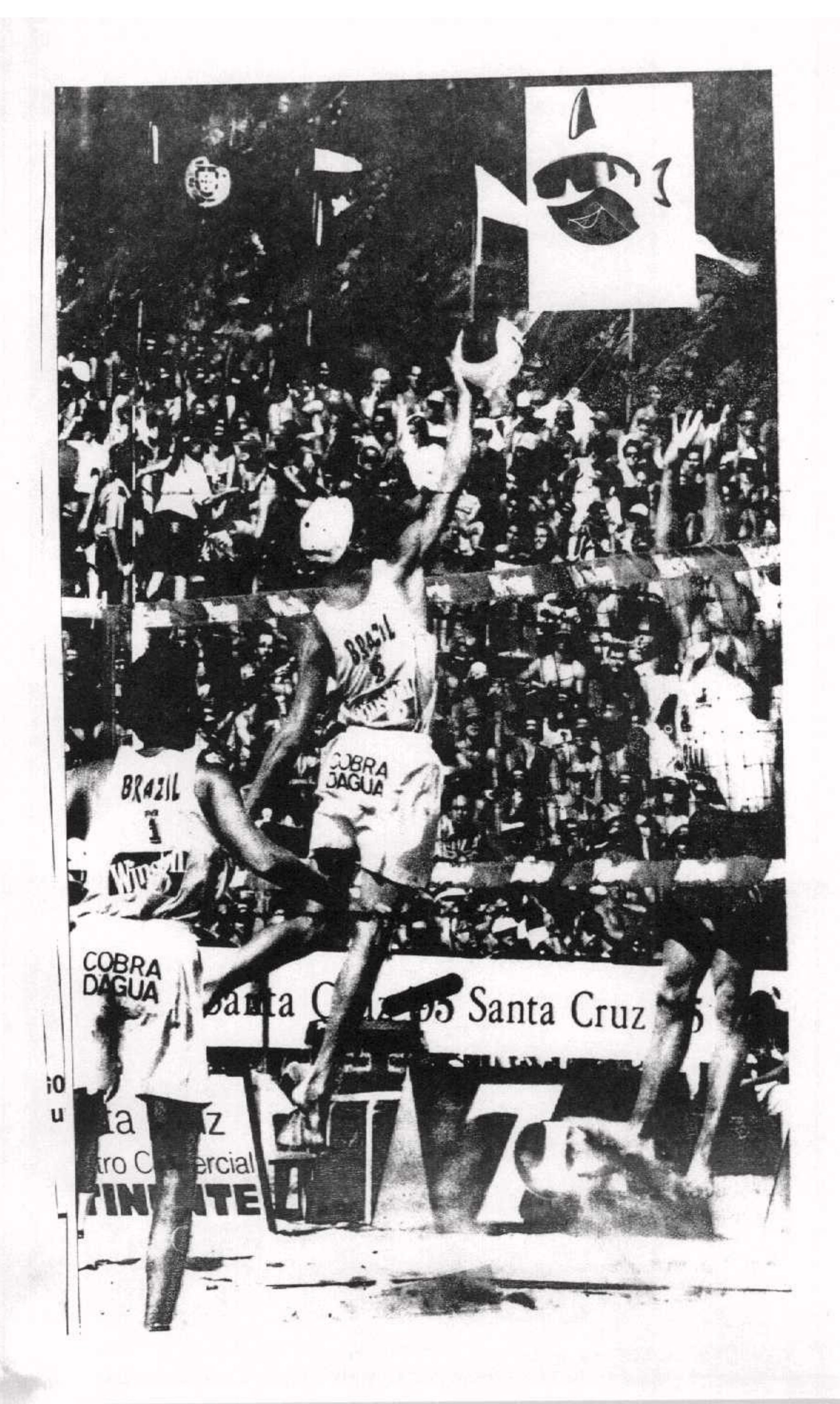
٢– البرازيل / في المركز الثاني باللاعبين بيريس وسيلفا *Silva & Pires*.

٣– ألمانيا / في المركز الثالث باللاعبين بوهلر وموش *Moush & Buhler*.

٤- الولايـات المتحــدة الأمريكيــة/ في المركــز الرابــع بــاللاعبين فونتانــا وفورسيث Forsyth & Fountana.

ولا يفوتنا أن نشير هنا إلى الراعيين الرسميين الذين تكفلوا بنجاح هـذا الحفل - متمثلي في كل من:

- الخطوط الجوية النيوزيلندية Air NewZealand.
- كوينز لاندكي بوريشان Queensland Event Corporation.
- مصانع مشروبات كارلتون Carlton United Breweries.
- كوينز لاند للسياحة والسفر Queens land Tourist and Travel.
- ديجيتال Digital.
- درابزار بوني Driza Bone.
- بيكرز ديلاريت Bakers Delight.
- ساوث بنك كوربورث south bank corporation.
- نجد الرياضة الاسترالية Australian sport commission.
- إدارة تسويق الرياضة Sport Marketing and Management.


BRAZIL
COBRA DAGUA
BRAZIL
COBRA DAGUA
Santa Cruz



مشاركات ومساهمات الاتحاد الدولي للكرة الطائرة

في رعاية الكرة الطائرة الشاطئية

Participation (Sharing) FIVB in sponsors the Beach volleyball

نظرة على كيفية توزيع الجوائز المالية على البطولات العالمية في الكرة الشاطئية

A review on haw princesses divided on world championship of Beach Volleyball

أربعة مليون وربعمائة ألف دولار أمريكي

لسلسلة عام ١٩٩٦

4.440.000 $ us for the 1996 series

عن مجلة عالم الكرة الطائرة، المجلة الرسمية للاتحاد الدولي

world volleyball of official magazine Revisit official BI MONTHLY Noc. Dec. 1995/7

تحت عنوان أربعة مليون وربعمائة ألف دولار أمريكي لبطولات عام ١٩٩٦ أشارت مجلة عالم الكرة الطائرة إلى مجموعة قرارات هامة اتخذها المجلس العالي للكرة الطائرة الشاطئية، والتابع للفيدرالية الدولية للكرة الطائرة.

Some important decisions were made by the fesderation International volleyball FIVB.

وذلك في اجتماعه في لوزان *world councilin Lausanne*، الموافق يوم ٢٠/٢١ أكتوبر ١٩٩٦، وذلك لجعل المباريات والمنافسات الخاصة بالكرة الطائرة الشاطئية أكثر حماية وفعالية *At making the competitions even more exciting and combative.*

وسوف نوضح هنا بعض من هذه القرارات التي ساهم الاتحاد الدولي للكرة الطائرة في رعايتها وجعلها أكثر تشويقا.

- التجديد الأكثر أهمية وتشويقا *The most interesting innovation*، يخص تقسيم المباريات الصالحة للكرة الشاطئية بحيث تمثل سلسلة لبطولات عالمية، يمكن أن تشكل ثلاثة أنواع أو هيئات *The division of the competitions valid for the world series into (3) categories:*

والتي هي عبارة عن مجموعة البطولات الآتية:

- بطولة جراند سلام *Grand Slam Champ*.
- بطولة السلسلة العالمية *world series champ*.
- بطولة التحدي *Challenge champ*.

أما بالنسبة للجوائز المالية *The prize money*، وكذلك توزيع النقاط على اللاعبين *The points assigned to players*، لتحديد المراكز (الدرجات) النهائية *for the final ranking*، سوف يكون توزيعها نسبيا وفي حدود:

٢٠٠,٠٠٠ $ دولار أمريكي	لبطولات الرجال
١٥٠,٠٠٠$ دولار أمريكي	لبطولات النســاء

في جراند سلام *in Grand Slam*

كذلك

١٠٠,٠٠٠$ دولار أمريكي	لبطولات الرجال
٨٠,٠٠٠ $ دولار أمريكي	لبطولات النســاء

في بطولة السلسلة العالمية *in World series*

في حين كانت الأخيرة ٣٠,٠٠٠ $ ألف دولار أمريكي لبطولة مسابقات التحدي *challenger event*.

هذا وقد حددت عدد الفرق المسموح باشتراكها في هذه البطولات حيث سوف يكون عدد الفرق المسموح لها في مباريات الجراند سلام *Grand Slam events* (٣٢) فريقا، بزيادة قدرها (٨) فرق، عما كانت عليه عام ١٩٩٥.

وفي سلسلة بطولة العالم لعام ١٩٩٦ *The 1995 World championship series*، نحن نجد أنها قد قسمت وشكلت إلى مراحل بحيث أصبحت تتشكل من ٢٥ مرحلة، على النحو التالي:

(١٥) فريق ذكور، يخوضون بطولة الجراند سلام *Grand Slam*، في فرنسا *France*، والبرتغال *Portugal*، والبرازيل *Brazil* ، أما بالنسبة للإناث فقد كانت هناك (١٥) إناث خاضوا بطولة الجراند سلام أيضا *Grand Slam also*، والتي أقيمت في بورتوريكو، والبرازيل.

وخلافا عن سنوات سابقة فيما يخص سلسلة البطولة العالمية لعام ١٩٩٦ *world championship series*، سوف نجد أن القرارات، جعلتها تجرى على مدى العام، بحيث بدأت السلسلة الخاصة ببطولة الذكور *The men's series* على شاطئ ماربيلا *in Marbella beach* في أسبانيا، وكان ذلك خلال شهر أبريل من عام ١٩٩٦، وانتهت في كيب تاون (في جنوب أفريقيا) *Cape Town (South Africa)* ، خلال ديسمبر.

في حين السلسلة الخاصة بالنساء *The women's series* سوف نجدها كأنها قد بدأت في شهر مايو في البرازيل، وانتهت في نوفمبر في أندونيسيا.

وبالطبع فقد قام الاتحاد الدولي للكرة الطائرة *FIVB* باعتباره الجهة الوحيدة المسئولة عن أنشطة الكرة الطائرة بنوعيها المعتادة والشاطئية في جميع أنحاء العالم، قام بطبع وتوزيع هذا البرنامج الرسمي لسلسلة بطولات ١٩٩٦ وتم توزيعه خلال شهر ديسمبر، وقد أشارت النشرات الخاصة بهذا البرنامج إلى العديد من الإيضاحات بما يضمن حسن إخراج هذه البطولات على الوجه الأكمل المشرف للكرة الطائرة الشاطئية، كما أعطت هذه القرارات الحق لكل

دورة تقوم بها أي الدولة المضيفة، الحق في تسجيل (٦) ست ثنائيات و (٦) فرق بينما البلدان الأخرى الحد الأعلى كان (٤) ثنائيات، بمعنى (٤) أربع فرق.

For each competition the host country will have the right to register (6) Teams in the main draw while other countries can register a maximum of four.

إن الإجمالي المستحق للجوائز المالية التي تخص هذه البطـولات سوف نجده، قد وصل ٤,٤٤٠,٠٠٠ مليون دولار، بزيادة ملحوظة عما كانت عليه عام ١٩٩٦/٩٥، ولقد جاءت هذه الزيادة بسبب ارتفاع جوائز الجراند سلام، والارتفاع الواضح في *in the Bonus pool* بمعنى الزيادة التي تبرع بها الاتحاد الدولي للكرة الطائرة بما يسهم في رفع قيمة جوائز اللاعبين واللاعبات والتي بلغت مليون دولار للرجال، ٤٠٠,٠٠٠ ألف دولار للنساء، وبذلك سوف نلاحظ أن الذين خاضوا بطولة جراند سلام، فقد استمتعوا بجائزة إضافية قدرها ١٠٠,٠٠٠ مائة ألف دولار وإجمالي هذه الجوائز سوف نجده بالتالي قد ارتفع لهذه الرحلة ليصل إلى ٣٠٠,٠٠٠ ثلاثمائة ألف دولار أمريكي.

كما امتدت مساهمات الاتحاد الدولي للكرة الطائرة الشاطئية في إعطاء مجالا واسعا، لأبناء هذه الرياضة من خلال الإنترنت ووسائل الإعلام *The FIVB has decided to devote ample space on its on line, internet service to Beach Volleyball news.*

بحيث يستطيع الناس والمشاهدين في كافة أنحاء العالم معرفة تاريخ هذه البطولات ومواعيدها ومتابعتها، كذلك متابعة نتائجها، والدرجات والمراكز المالية *also be kept up to date on calendars, results and world ranking.*

إشارات عظيمة وهائلة خاصة بدورة (وورلد توزر) (بطولة) العالم ١٩٩٨

Great Excitement for the world Tour

بدأت الدورة العالمية وورلدتور *(World Tour)* لعام ١٩٩٨ على أفضل وجه استعراض، وشكل أدائي عظيم *aspect ocular show and great style*، ومفاجآت ديناميكية *and dynamics spirit*، فلقد جاءت هذه الدورة على أفضل ما يكون من حيث التنظيم. فالتنظيم عظيما *a great organization*، مع إضفاء كل المزايا التي تصبغ أي استعراض عالمي بطابع السحر والفتنة *all the qualities needed to make planetary show fascinating and appealing.*

وكان فوز اللاعبان السويسريان مارتين وبول لاسيجا *Martin and paul Laciga* في دورة الافتتاح لموسم الرجال والذي أقيم على شاطئ بحر بلاتا *in Mardel Plata*، وقعه العملي والواقعي كمثال على كفاءتهما في الكرة الطائرة الشاطئية *provided a paradigmatic example of grea. ecumrnical potential of beach volleyball*، والتي تعتبر من الرياضات (الألعاب) التي يمكن أن تجد ابطالها في كل دولة *A sport that can turn up talented stars in every country* ثم تلاها الثنائي البرازيلي (ذي ماركو *Ze Marco*)، ريكاردو *Ricardo*، وذلك في دورة الافتتاح الكلاسيكي والذي يعرف *The classic open* في (ريو دي جانيرو)، تلك البلدة التي كهربت الجو تماما، وذلك بالنسبة لهذا الحدث العظيم لموسم رياضي *The Twon that gave the circuit a decisive jolt for a great sport season.*

وبالفعل، وللحقيقة، فلقد قام اللاعبان السابقان (ذي ماركو *Ze Marco*) وزميله (ريكاردو *Ricardo*) كقائدان والعائدان لمسابقات البطولية خاصة بطولة

العالم ***World Tour*** عامي ١٩٩٦/ ١٩٩٧، بالفوز في التصفية النهائية أمام زميله السابق إمانويل ***his ex – teamate Emanual***، والذي يشكل الآن ثنائيا جديدا مع زميله الحالي واسمه لويولا ***Loiola***، وذلك اللاعب العائد من فوز قد حققه مؤخرا في ذلك الوقت في مجموعة الولايات المتحدة الأمريكية ***avp Circuit***.

وفي هذه الدورة ***The World Tour*** بطولة العالم (أو الجولة العالمية)، سوف نرى أن هناك حضور لكثير من الرياضيين على مستوى عال من الأرجنتين، كذلك من البرازيل، كما حضر أيضا عمالقة رياضيين من نجوم كاليفورنيا ***California stars***، وكان عليهم أن يأكلوا (يذوقوا) كميات كثيرة من الرمال.

Who were obliged to eat a lot of sand.

(وهي العبارة المشهورة في مجال الكرة الطائرة الشاطئية، نتيجة على فاعلية الأداء وديناميكيته من جانب اللاعبين، على الرمال، فهناك كثيرا من السقطات ودفاعات الغطس، والانبطاح، التي تجعلهم يتمرغون في الرمال ويذوقونها.

أما بالنسبة للدورة (النساء) النسائية ***The start – up of the women's circuit***، والتي أقيمت أيضا في ريو دي جانيرو ***Rio de Janeiro***، فسوف نجدها لا تختلف كثيرا عن دورة الرجال من حيث التنظيم العظيم، والمشاركات من بطلات العالم، فنجدها، أيضا قد أصتبغت بالاستعراضات العالمية، التي جعلتها بطولة ساحرة لها طابعها الخاص، أيضا فقد كانت مشاركة البطلتين، اللتان كانت على وشك الخروج – أدريانا بيهار، وشيلدا كانت ذي مغزى وتليق بهذه المناسبة ***The debut of outgoing champions Adriana and shelda was up to the accasion***.

وفي بطولة السيدات (النسائية) كانت هناك فرق متعددة قديمة في مجال اللعبة وحديثة مثل الفرق البرازيلية، الأمريكية، والاسترالية، وجميع هذه

الفرق تعمل باجتهاد، وتقوم بالاستعدادات، وأخذ الاحتياطات في انتظار بداية الدولة.

ومن خلال ملاحظة الميول والمواصفات عامة في كلا الجانبين (الرجال والسيدات)، ومن خلال فحصهما بعناية نجد أنفسنا قد خرجنا بإحساس أن دورة ١٩٩٨ تتميز بدرجة فنية ورياضية وتنافسية ومشاهدات عالمية
Considering the overall trends in the both (men's - & Women's) we get he feeling that the 1998 circuit will be more thrilling than ever technically, competitively and spectacularly.

وعن هذه الدورة، سوف نجد أنه كان هناك مجموع مراحل (مسابقات) الرجال وعددها (١٥) مسابقة، بما فيها حدث (مسابقة) مباراة القمة، والتي جاءت من أحسن وأفضل المباريات ***In all there were fifteen (15) men's leg's (including the invitational (top event).***

إضافة إلى دعوات ألعاب (جودويل ***The Goodwill Games***)، والتي تعني بها اللعاب المتميزة مثل أحسن ضارب وأحسن معد وأحسن استقبال ..إلخ. وفي بطولات الرجال أيضا سوف نجد أن مجموع الجوائز قد وصل إلى اثنان وستمائة ألف دولار أمريكي (٢,٦٠٠,٠٠٠) $، أما بالنسبة لبطولة السيدات، سوف نجدها أنها شملت على (١٠) مراحل أو (مسابقات) (أدوار) بما فيها ألعاب جودويل، جيمس ***The Goodwill Games*** وبلغت نحو مليون وستمائة وعشرون ألف دولار أمريكي ١,٦٢٠,٠٠٠$ ويقول المعلقون عن هذه الدورة، كيف يمكننا الهدوء دون الشعور بالرعشة الحارة التي تسببها دورة بطولة العالم (ووورلدتور)، ***How can anypnc remain insensitive to the thrill of the world tour?***

إن هذا الأمر كان شبه مستحيل، خاصة والاتحاد الدولي للكرة الطائرة ***FIVB*** في ذلك، قد منح حق التغطية الإعلامية الهائلة لشركة إنجليزية من لندن تدعى شركة "بريسما سبورت آند ميديا يعني شركة المنشور الرياضية، والإعلام ***Prisma sport & media.***

ونعني شركة مستورية (أي لها أكثر من بعد مثل المبشور الهدسي)، فهده الشركة اللدنية تعني أو كوكيل بالعديد من قطاعات الأسواق التليفريوية العالمية *a londo - based a gercy that handles many profile offering for the world television market.*

ولما كانت الكرة الطائرة ليست مجرد رياضة، فلقد أصبحت عرفا بالعل *Volleyball is not only a sport it has become cultural phenomenon.*

الأمر الذي دفع الاتحاد الدولي للكرة الطائرة للتفكير في عمل أو تكوين أو خلق دورة بطولية عالمية للأشبال *to creating a junior world championship* في هذه الرياضة.



لقطة من بطولة *World Tour 1998*

(الجليد) الثلج والرمال، ماردل بلاتا (رجال)

The Snow and the sands Mardel Plata men's

عنوان غريب ومثير لموضوع، رأينا أن نتطرق إليه، لكي نستفيد منه الكثير فقد بدأت واستهلت وسائل الإعلام المسموعة والمرئية تحت عنوان ماردل بلاتا للرجال *Mardiel Plata for men*، مقالها بالسؤال التالي هل يمكن لمحطة سياحة شاطئية أرجنتينية رائعة تطل على المحيط الأطلسي أن تتحول فجأة إلى محمية سويسرية (أي مكان يسيطر عليه اللاعبون السويسريون)؟

Can Argentina most prestigious ocean –front beach restore on the Atlantic suddenly become a Swiss protectorate?

والإجابة هنا، سوف نجدها (بنعم)، يمكن ذلك، خاصة إذا كان هناك عمودين من الخشب مغروزتين في الرمال تربطهما شبكة الكرة الطائرة داخل مدرج.

Yes, if two posts and a net are planted on the sand, and if in an amphitheater with towering stands of suntanned spectators .

داخل مدرج للمشاهدين، يرتفع كجبل، أخذ اللون البرونزي، وفي هذا الجو المليء بالإثارة والمتعة على ذلك الشاطئ الساحر، أن اللاعبان الأخوين السويسريين يستعرضا عضلاتهما *The two Swiss brother's*، ويغمرهما الإحساس بأنهما فوق ثلوج أوروبا، رغم حرارة صيف أمريكا الجنوبية *who seem just as much at home in the hot south American*.

إنهما الأخوين السويسريين بول *Paul*، ومارتين لوسيجا *Martine Lociga* الذين كتبا اسميهما بالنار في الألبوم الذهبي للكرة الطائرة الشاطئية العالمية.

Branded their names on golden honor roll of world Beach volleyball.

حيث فاز رغم اندهاش الجميع، لكن بكل جدارة في المرحلة الافتتاحية لدورة ١٩٩٨.

فبرغم تعود هؤلاء اللاعبان السويسريان على البرد الأوربي، وما يقال عن صعوبة التأقلم على شدة الحرارة، إلا أنهما (هؤلاء السويسريان)، قد فازا، ليمثلا دولة بلا بحر في هذه البطولة العالمية.

In spite of the rigors of the European winter and the problems of acclimating to the heat, the two Swiss brothers routed the competition.

إنها إشارة دقيقة واضحة لبقية رياضي العالم، حيث يمكن لأي رياضي من أية بقعة في العالم دون النظر لدرجة الحرارة أن يفوز ببطولة الكرة الشاطئية، هذا طبعا لو تواجدت الإدارة الحديدية، وعدم خشية المرحلة الأولى تحت شمس تشعل العقول وتحرق الأقدام.

Providing you have a will of iron and do not fear a suffocating apprentice ship under sun that burns your feet and cooks your brain.

وعن اللاعبين السويسريين نذكر أن بول ***Paul***، ومارتين لوسيجا ***Martin Lociga***، أنهما كانا من الرياضيين اللامعين في دورة (١٩٩٧)، وعلينا هنا أن نتخيل مدى استعدادهما المفاجئ لهذه الخطوة الهائلة لخوض مثل هذه الدورات، ويعود فضل هذا التقدم إلى التواؤم والإتفاق في أدائهما الفني والممتاز، ما أدهش خصومهما في معظم المباريات.

ولقد ظهر هذا النجاح في أكمل صورة، ونجاح أيضا لاشك فيه في تصفيات دور الثمانية وقبل النهائي ضد البرازيليين ذي ماركو ***Marco–Ze*** وريكاردو ***Ricardo***، وذلك في أول تجربة معا قبل التحامهما وانصهارهما الرياضي. هل ساعدهما القدر في هذا النجاح؟ ***An assist from fate***

والإجابة (لا)، ذلك أن الأخوين الفتاكين السويسريين قد أنقضا (هجما) في التصفيات الرباعية *int the quarter finals*، قبل النهاية على الثنائي النرويجي ، كفالد هايم *Kavlhaeim*، وماسيدي *Maaseide* بنتيجة (١٥-٥)، وي التصفية النهائية *in the finals*، يفوز أيضا الأخوين السويسريين على الثنائي البرازيلي إيمانويل - لوبولا *Loiola–Emanuel* .

ولم تكن التصفيات شبه النهائية الأخرى أسهل من تلك المشار إليها سابقا، حيث أنها كانت كلها لصالح الفريق الأخضر/ والذهبي.

The other semifinal all green and gold.

واللذان مثلهما المخضرمين بايولو - بانالو أميليو *between veterans pauloo – Panlo Emilio*. والثنائي بطل العالم الحالي (في ذاك الوقت) باراه جويلهيوم *Guilherme*، حيث فاز الأولان باولاد، وباولو أميليو (١٥-١٣).

في حين كانت هناك نتيجة رائعة، في الاستعراض الختامي، حيث كان هناك الدفاع النفسي الجسدي للثنائي السويسري بول ومارتين، وجاءت نتائج الأشواط (٥/١٢)، (١٢/١١)، (١٠/١٣)، بنتيجة)١/٢) في المباراة وذلك عندما كانت نهاية الشوط من (١٥) نقطة، أو (١٢) نقطة، حسب النظام (ب) من القانون الدولي للشاطئية.

لقد انطلقت أصوات الجماهير تحتفل بها، وتصيح للاعبين السويسريين لاسيجا - لاسيجا (اسم العائلة لكل من مارتني لاسيجا، وبول لاسيجا)، مع بعض المرارة لدى البعض الآخر، والتي تسببت من خيبة الأمل التي توصل إليها لاعبيها، وخرجا من الدورة، حيث جاء ترتيب العظيمان مارتينس *Martinez*، وكوندي *Conde*، في الترتيب الخامس فقط والترتيب التاسع للشابين ساليما باراسيتي *Baracetti* ودي بيادجو *De Piaggio*، جويمبرينا *Guem berena*، أفضل النتائج من الولايات المتحدة الأمريكية (ترتيب سابع)، وجاء الثنائي ستيف *Steffes* بلانتون *Blanton*، في الترتيب الخامس عشر فقط، وذلك بعد هزيمتهم أولا من قبل اللاعبين الأرجنتينيين دي بيادجو *De Piaggio*،

وجوبمبرينا *Guemberena*، ثم من النرويجيين كيجمبرود - هوجدالين، ومن العرض السابق لكافة المعلومات الخاصة من شاطئ ماردل بلاتا *Mardel Plata* والخاصة بالدورة العالمية وورلدتور *Worldtour*، يمكننا القول أن بطولة ماردل بلاتا كان لها مذاقها الخاص.

كوباكابانا في ريودي جانيرو، محراب الكرة الطائرة الشاطئية (رجال)

Copacabana in Rio de Janeiro historic sanctuaries of Beach volleyball (men' s) (198)

لكل رياضة محرابها التاريخي، وتعتبر كوباكابانا محراب الكرة الطائرة الشاطئية *Every sport has its historic sanctuaries of Beach Volleyball*.

كما نعتبر كيتزبوهيل *Kitzbuehel*، والموجودة بجبال الألب محراب الزحلقة على الجليد (في جبال الآلب) *Alpine skiing*، أو كمحراب التنس في باريس.

إن أكبر الأحلام التي تراود معظم أبطال العالم في الكرة الطائرة الشاطئية، تتمثل في المشاركة والفوز بالدورة المفتوحة في كوباكانا *Winning the Capacabana*، فهذا الفوز لا يعلوه أي فوز سوى بالأولمبياد *Olympic* أو بطولة المونديال (بطولة العالم) *world championship*، أو دورة وورلد تور *The World Tour....*، وفي الفترة من ١٢ إلى ١٥ من شهر فبراير ١٩٩٨ استضافت ريودي جانيرو أحد مسابقات الاتحاد الدولي للكرة الطائرة والمعروفة بدورة وورلدتور *The World Tour*، والتي تعني إحدى مسابقات الكرة الطائرة الشاطئية التي تتميز بتجوالها حول العالم، حيث تنظم هذه الدورة على فترات وعلى شاطئ بلدان مختلفة، فهي دورة طواف حول سواحل العالم) المتميزة، وقد جاءت هذه الدورة بالطبع في موعدها التقليدي، في جو ومشهد استعراضي رائع، مع كرنفال حقيقي من الألوان والمرح والعاطفة.

In a truly emique setting. A Carnival of colour, Hoy and Passions.

وفي هـذا الجـو الصـاخب بتشـجيع الجمـهور مـن الـبرازيليين، كـان مستحيلا ألا يفـوز البرازيليون في هـذا اللقـاء، حيـث كـان يتمـيزون في لعبـهم بالحركة والنشاط الهائلين.

How could the fighting – ready Brazil movement fail to keep it's date with victory? Impossible.

لقد زاد مـن روعـة المنافسـة فـوز اللاعبـون البرازيليون ذي مـاركو، *Ze Marco* وريكـاردو *Ricardo* وإيمـانويل *Emanuel* ولويـولا *Loiola* (كمـا سـبق وأوضحنـا عنـد نظرنـا إلى الإثـارات العظيمـة والهائلـة الخاصـة بدورولـد تـور *. Great Excitement for the world tour*

وذلك كله في حضور ٧٠٠٠ مشـاهد اندفعـوا بقـوة ليملئون المدرجـات ويشاركون بالتشجيع الموسيقي الصاخبة بملعب توريكادور *7000 torceadores .spectators jamming the arena*

وفي المواجهة (أو المقابلة) *face to face*، ولكن هذه المرة كأعداء أو (متنافسين) *as opponents*، رغم أنهم جميعا مـن الـبرازيل تواجـد العالم في اللـذان السابق الإشارة إليهما في إحرازهمـا المركز الأول في دورة وورلـد تـور *World Tour*، وجاء البطلان تـاندي وجوفاني *Tand & Giovame* في الترتيب التاسع، ووصولهما إلى هذا الترتيب في دورة، إلا أنه في ذاك الوقت بدأ الحديث عن أدائهما ي مجال الكرة الطائرة فوق الرمال.

Whose performance on the sands is beginning to attract compliments.

فكان ذي ماركو *Ze Marco*، وإيمـانويل *Emanal* كلاهمـا مع زمـلاء جـدد، بحيث كـان في هـذه البطولـة اللاعـب ذي مـاركو يزامـل ريكـاردو، أمـا إيمـانويل فصاحبـه (زاملـه) لويـولا *Liola*، والذي يطلـق عليـه ملـك شـواطئ كاليفورنيا *king of the California Beaches* عند عودته إلى بلده.

وفي هذه اللقاءات بين هؤلاء اللاعبين، نجد أن التوقعات قد اشارت إلى تمييز اللاعبين لويولا، وإيمانويل، تميزا رياضيا قليلا، لكن في التصفية النهائية نجدهما خيبت معظم تقديرات المختصين والمحللين الرياضيين في مجال الكرة الطائرة الشاطئية، حيث أعلن الفوز النهائي الهائل وجاء من نصيب اللاعبان *Ze Marco*، وريكاردو *Ricardo*وذلك في ثلاث اشواط رائعة من تلك الرياضة المثيرة (الكرة الطائرة الشاطئية)، فقد كانت النتيجة (١٢/٨)، (٩/١٢)، (١٠/١٢) وذلك عندما كان الفوز لصالح الفريق الذى يحقق الـ ١٢ نقطة أولا في الشوطان الأولان، ففي هذه الأشواط ظهرت كفاءة البطلان السابقة ذي ماركو ، وريكاردو، بينما جاء في الترتيب الثالث اللاعبان العظيمان (سابقا) فرانكو – وزميله روبيرتو لوبيس اللذان فازا على النرويجيين كفالدهايم وميله ماسيدي (١٣/١٥) كما سبق وأوضحنا (يلاحظ أن في هذه النتيجة أن اللعب كان سيجالا حصل فيه تعادل أكثر من مرة إلى أن فاز اللاعبان بفارق نقطتين، كما جاء السويسران الأخوان بول لاسيجان *Paul Laciga*، ومارتين لوسيجا *Martin Lociga* في الترتيب السابع.



لقطات من بطولات العالم للسيدات ضمن سلسلة بطولات العالم فى ريو دى جانيرو: ١٩٩٨


OLYMPIKUS
OLY
FIVB
2
FISK
inglês e espanhol
OLY
Rio de Janeiro
dames
طات من بطولة
م للسيدات
سلة لبطولات العالم
و دي جانيرو
١٩٩٨

الفصل العاشر
(بطـــولات العـــالـــم
١٩٩٨-٢٠٠٠)

❖ بطولات العالم للكرة الطائرة الشاطئية تعـــود إلى ريو دى جانيرو ١٩٩٩ / ٢٠٠٠

❖ *Beach Volleyball world championahips Rerurn to Rid de janeiro*

❖ استعراض آخر ومثير على شـاطئ كوباكانـا (ريو - دى جانيرو) محراب الكرة الطـائرة الشاطئية للسيدات البرازيل ١٩٩٨

❖ *Another Excitement Show on Copacabana in Rio de Janiro historic sanctuaries of Beach Volleyball women's Brazil*



حدث آخر وبطولة أخرى بالبرازيل - ريودي جانيرو

بطولات العالم للكرة الطائرة تعود إلى ريودي جانيرو

Beach Volleyball world championships Return to Rio de Janeiro

نسخة مكتوبة عن قاعدة البيانات الأساسية (الرئيسية) عن الكرة الطائرة الشاطئية ١٩٩٩-٢٠٠٢. بقلم تيم سيموس

Tim Simmons

لوزان، سويسرا في ١٧ ديسمبر ٢٠٠١ ***Lausune Switzerland17 December 2001***

يعتبر شاطئ كوباكابانا ***Copacabana Beach*** من أشهر الشواطئ العالمية، والتي تقع على شرق وبمحاذاة ساحل أو شاطئ البرازيل ***on Brazil's Coast***، والتي سوف تستضيف بطولة العالم الشاطئية عام ٢٠٠٣ ***is to host the 2003 Beach volleyball world championships.***

إن أهم ما يميز بطولة العالم القادمة أنها سوف تأخذ وتشكل هيئة مختلفة عن ما هو متبع في سابقتها من البطولات العالمية حيث سوف تقسم أو ترتب رتب القمة ***Topranked*** أو المرتبات (الخاصة) للاعبين الـ (٤٨) القمة، وكذلك الدرجات الخاصة بلاعبات القمة الذين جاءوا جميعهم في منزلة أو مرتبة عالية، بحيث يكل كل اثنان منهما فريق وهؤلاء بالتالي يمثلون الجزء الأعظم من القارة ***two person teams from five continents*** وسوف تمثل هذه البطولة مفتاح التأهيل لمسابقات الفرق الخاصة بدورة أتلانتا الأولمبية ٢٠٠٤.

Will be a key qualification event for team's for the Atlantis 2004 Olympic Games.

وفي أول هـذه الرياضـة الشـابة *The young sport*. تـولى بثـها التليفزيونات العالمية *T.V. Globo*، والتليفزيـون الـدولي البرازيلي *Brazil's national television*، إذاعـة البطولـة تليفزيونيـا، حيـث كـان التليفزيـون البرازيلي هو المتعهد الرسمي والدولي لإذاعة هذه المسابقة.

Will be the promoter and official broad caster of the events.

هـو الـذي سـوف يقـوم بإذاعتها لمدة أربع أيام مـن سـت أيـام مـدة البطولة، على الهـواء مباشرة، وذلـك مـن خـلال (بواسطة) اتفاقيـة خاصـة لإلقاء الضوء القوي على مشهد أو حادثة ذات أهمية وذلك من خـلال انضمام (ودمج جميع الإذاعات).

With high lights packages distributed globally through it's officiated broadcaster's.

علاوة على ذلك فإن الدرجـات الخـام *Dates* الخاصـة ببطولـة ريـودي جانيرو ٢٠٠٣ *(Rio 2003)* سـوف تعزز أو تؤكـد فيمـا بعـد *are yet table confirmed*، ولكـن أنجيليـو سيكيوا *Angelo squeo*، منسق الاتحـاد الـدولي للكرة الطائرة الشاطئية *FIVB Beach Volleyball cordinator* قـال أن هـذه البطولة سوف تعلق، حتى إنهاء آخر مسابقة في بطولـة العـالم الشـاطئية للاعبين المحترفين *The professional Beach Volleyball world*، والتي قد سجلت في قائمة أجندة المسابقات (المنافسة) *Tour Calender*، المزمع إقامتها إمـا في أكتوبر أو نوفمبر لسنة ٢٠٠٣.

وبلدة ريو (ريـودي جانـيروا) كمـا هـو شـائع عنهـا أنهـا مـن أولى الـدول الـتي استضافت بطولـة العـالم الأولى للكـرة الطـائرة الشـاطئية (الغـير رسميـة)، واستضافت البطولة العالمية الأولى غير الرسمية في الكرة الطائرة الشاطئية.

The first unofficial Beach volleyball world championship.

وكان ذلك في شهر فبراير عام ١٩٨٧، هـذه المسـابقة الخاصـة بالرجـال. والتي كانت المسابقة الأولى والتي ظهرت *an exhibition event* فيها الولايـات

المتحدة الأمريكية بمظهر مشرف وذلك من خلال الفريق الذي مثلها وأحرز هذه البطولة، والمكون من اللاعبتان جين سميث ***Sin Jin Smith***، راندي استكولوس ***Randy Stoklos***.

وهما اللاعبتان اللتان يعتبرا من أشهر لاعبي فريق ولاية كاليفورنيا اول من أحرز بطولة أولى من خمس بطولات عالمية ***The first if fivs world championship Victories for the famous Californian team***.

كما يجدر الإشارة أيضا إلى أن كلا اللاعبتان سميث ***Smith***، استكولوس ***Stokols*** أيضا أحرزا بطولات ريودي جانيرو عام ١٩٨٩، ١٩٩٠، ١٩٩١، وكذلك ١٩٩٢، مع ملاحظة أن بطولة العالم للكرة الطائرة الشاطئية للرجال الغير رسمية والتي نظمت عام (١٩٨٨) في ريو دي جانيرو ***The 1988 unofficial men's world championship in Rio***، كما أحرز أيضا بواسطة فريق الولايات المتحدة الأمريكية والمتمثل في اللاعب كراش كيرلي ***Krach Kirely*** الحائز على الميدالية الذهبية لثلاث مرات ومشارك في فريق باث باورز ***by USA's Triple Olympic gold underlets krach Kiraly, teaming with pat power's***.

أيضا استضافت بلدة ريودي جانيرو البطولة الأولى الغير رسمية للكرة الشاطئية للسيدات ***The first unofficial beach volleyball women's world championship in 1993***، كذلك عام ١٩٩٥، وأيضا عام ١٩٩٦، وقد فاز بالأول سنة ١٩٩٣ الأمركيتان كارولين كيربي ***Karolyn Kirby***، وزميلتها نانسي رينو ***Nancy Rino***، تباعتهما البرازيليتان (جاكي سيلفيا) ***Jackie Silva***، (وساندرا بيرير) ***Sandra Pires*** في الفوز بالبطولة في عام ١٩٩٥، وعام ١٩٩٦ كما فازتا (سيلفيا/ بيريز) بالميدالية الميدالية الذهبية في أولمبياد أو اتلانتا ١٩٨٦، وبذلك تكون البرازيل أول من يحرز الميدالية الذهبية في بطولة أو مسابقات النساء.

أيضا نرى أن البرازيل قد فازت بالبطولة الرسمية الأولى لبطولة الاتحاد الدولي للكرة الطائرة الشاطئية في لوس أنجلوس عام ١٩٩٧ ***The First official FIVB world championship in Los Angeles in 1997.***

الاتحاد الدولي للكرة الطائرة ***The international Volleyball federation (FIVB)*** والذي يعتبر مسيطر، محكم رياضات الجسم ***The sports world.***

تولى السيطرة (أمسك) ***governing body*** على ثلاث بطولات عالمية دولية للرجال والسيدات في الكرة الطائرة الشاطئية، وذلك في لوس أنجلوس في الولايات المتحدة الأمريكية عام ١٩٩٧، مرسيليا في فرنسا عام ١٩٩٩، وفي كلانج فورت في استراليا ***Kalagen furt, Australia*** عام ٢٠٠١ وإليك عزيزي القارئ البطولات وأماكنها ونوع البطولة وقيمة الجوائز.

30 July - 3 Aug	Austria	Klagenfurt	Women's Grand Slam	$200,000
31 July - 4 Aug	Austria	Klagenfurt	Men's Grand Slam	$200,000
7-11 Aug	Spain	Cadice	Men's Open	$150,000
7-11 Aug	Japan	Osaka	Women's Open	$150,000
14-18 Aug	China	Maoming	Women's Open	$150,000
3-7 Sept	Spain	Mallorca	Women's Open	$150,000
4-8 Sept	Spain	Mallorca	Men's Open	$150,000
29 Oct - 3 Nov	Brazil	Fortaleza	Men's Open	$150,000
26 Nov - 1 Dec	Brazil	Vitoria	Women's Open	$150,000
TBD	Australia	Brisbane	Men's Open	TBD
TBD	Australia	Brisbane	Women's Open	TBD
TBD	Italy	TBD	Men's Open	TBD
TBD	Italy	TBD	Women's Open	TBD
TBD	Portugal	TBD	Women's Open	TBD

مع ملاحظة أن الأرباح الخاصة بالرهان المشترك (بالمكسب) سوف يصدق عليها وتكون ضمن أجندة الاتحاد الدولي للكرة الطائرة لعام ٢٠٠٢.

The Bonus Pool be confirmed by the FIVB once the 2002 calendar is finalized

Tims Simmons

استعراض آخر ومثير على شاطئ كوباكابانا (ريو - دي - جانيرو) محراب الكرة الطائرة الشاطئية (سيدات) البرازيل

Another Excitement show on Co;acabana in Rio de !aneiro historic sanctuaries of Beach volleyball (Women' s) Brazil

حدث آخر على شاطئ كوباكانا (بريو دي جانيرو) بالبرازيل. رائع ومثير لا يقل أهمية عما حدث بالسنة لمباريات (الرجال) فيما يعرف بالمسابقة وورلدتور *Beach Volleyball world Tour*، السابق الإشارة إليها، ألا وهو ذلك الحدث الخاص بمباريات النساء (السيدات) حيث لم تكن المباراة النهائية تعبيرا حقيقيا على قمة الاتزان *The grand final was certainly nor a model of blance.*

على أن الإشارات (ونعني بها هنا الإشارات المستخدمة من جانب اللاعبات للتفاهم والتي جاءت من الدورة الخاصة بالبطولة المفتوحة للكرة الشاطئية للنساء في البرازيل *But the sign coming out of women's in open tour in Brazil.*

والتي أقيمت في ريو دي جانيرو في الفترة من ٢٦ فبراير إلى ١ مارس ١٩٩٨ أعطت استعراضا كان منتظرا لهذا الموسم (١٩٩٨) في ذلك الوقت *were perfectly in keeping with great expectations of spectacular show for 1998 season.*

حيث بدأت في هذا الموسم ملكتي البرازيل (شيلدا) *Shelda*، وزميلتها اللاعبة (أدريانا بيهار) *Adriana Bedar* بطلتا دورة ١٩٩٧، السابقة، لهذه الدورة، بدأتا على أحسن حال أيضا في هذه الدورة الجديدة (١٩٩٨)،

حيث سحرتا المتنافسين والجمهور بكل ما لديها من روعة أداء رياضي عالي وخططي.

Be witching adversaries and spectators a like with a high technical And tactical.

وذلك بالطبع في محراب الكرة الطائرة الشاطئية، الشاطئ الساحر بريودي جانيرو بالبرازيل (شاطئ كوباكابانا ***Copacanae beach***.

فلم يحدث من قبل أن واجهتا هاتان اللاعبتين لحظات صعبة أثناء اللعب ***with never difficultyora moments.***

أو لحظة تغيبا (نتج عنها أن تخلفا أو توتر أدائهما) تحت أشعة الشمس الاستوائية الحارة (الحامية). ***Or a moment bewilderment under the blazing tropical sun.***

فقد كان أدائهما رغم هذه الظروف الجوية الصعبة رائعا ومثيرا، نال إعجاب كثيرا من المشاهدين الذين أخذوا يشجعونهم بشيء يكاد يكون أقرب إلى الجنون، فنراهم يصيحون ويصرخون أمام كل لعبة رائعة وأداء صعب في محاولة إنقاذ كرة، أو تحقيق نقطة مفاجئة بعد فترة تداول مثير للكرة.

وهكذا احتفظت اللاعبتان البطلتان (شيلدا ***Shelda***)، وزميلتها (أدريانا ***Adriana***) باللقب للدورة المفتوحة ***(open tour)*** على التوالي ١٩٩٧، و١٩٩٨ التي نتحدث عنها.

بينما في عام ١٩٩٥، ١٩٩٦، نجد أن اللتان فازتا بهما في ذلك الوقت هما العملاقتان (جاكي، وساندا ***Jackie - Sanda***)، أما في العام الماضي (١٩٩٧) وكان ينقص مجموعة النجوم العالمية هاتين اللاعبتان (أدريانا)، (وشيلدا)، واللتان في ذلك الوقت فازتا في أسمى مراتب بطولات الكرة الشاطئية العالمية بنتائج (٢/ صفر) (على النحو التالي ١٢-٣، ١٢-٨)، في زمن قدره ساعة واحدة، و٢٣ دقيقة، في مباراة ضد اللاعبتان الاستراليتان كيري بوثالرست ***Kerry Pottharst***، وزميلتها اللاعبة لوينا مانسر ***Pouline Manser***،

وهو ما يوضح مدى الدقة التي كانت تتمتع بها اللاعبتان شيدا *Shelda*، وادريانا *Adriana* فنحن مثلا نجد أن الأولى تتميز بالسرعة والدقة البالغة على قياس السرعة والدقة *Shelda Chronometer in defence*، في حين تميزت ادريانا فيها *Adriana*، بالهجوم الفتاك *a crane attacke*.

لقد كانت اللاعبتان أدريانا – شيلدا في هذه الدورة تمثلان نتائج متناسقة للغاية في ذاك الوقت تقبل منها الهزيمة الثاني الاسترالي الذي خاض المباراة أمامهما وهما كيري وباولين، والبقاء في الترتيب الثاني دون مأساة، بل تقبلا ذلك في سعادة تكاد تكون بالغة، حيث كانت أول تجربة لهما معا كثنائي، وبعد انفصالهما عن زميلتيهما ناتالي كوك، وأنجيلا كلارك، حيث أثبتت اللاعبتان كيري بوثالرست، وباولين مانسر أنه مع الزمن يزيد عطائهما ويتحسن وباستمرار.

ماتعرفه عن

اللاهبة هولى ماك بيك من الولايات المتحدة الأمريكية ٢٠٠٢/٩٦

تاريخ الميلاد *Bitthdate*	١٥ مايو ١٩٦٩	
البلد – المدينة *Home-Town*	شاطئ مانهاتن كاليفورنيا ***Manhattan*** *Beach, CA*	
الكلية *College*	*UCLA*	
	أفضل نهائى *Best Finish*	الجوائز المالية التى فازت بها *Winnings*
AVP Ass of Volleybal professionls Tour	المركز الأول (١٧)مرة *1 st (17) Times*	$ ١٣٨,١٥٦
FIVB الاتحاد الدولي للكرة الطائرة	المركز الأول (١٣) مرة *1 st (13) Times*	$ ٢٧٦,٧٠٠
الاتحاد الأمريكى للكرة الطائرة *U.S.A.V.*	المركز الأول *1 st*	$ ٢٥,٧٥٠
جائزة العالم من اتحاد الكرة الطائرة *World price volleyball Assuation WPV*	المركز الأول ٢٣ مرة *1 st (23) Times*	$ ٢٥٣,٥٧٢

$ ٢١,٠٠٠	المركز الأول مرة واحدة *1 st*	اتحاد الكرة الطائرة الشاطئية ***B.V.A*** ***Beach Vollegybal Ass***
$ ٧١٥,١٧٨	المركز الأول (٥٥) مرة ***1 st 55 Time***	***Over All***

Career Summary

AVP

Season	Played	1st	2nd	3rd	4th	5th	7th	9th	13th	17th	21st	25th	Winnings
	16	11	2	0	3	0	0	0	0	0	0	0	$66,000.00
	14	5	3	2	3	1	0	0	0	0	0	0	$41,306.00
	5	1	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0	$19,950.00
	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	$11,900.00
Total	36	17	5	5	6	3	0	0	0	0	0	0	$139,156.00

FIVB

Season	Played	1st	2nd	3rd	4th	5th	7th	9th	13th	17th	21st	25th	Winnings
	9	6	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	$36,750.00
	8	1	0	2	2	2	0	1	0	0	0	0	$43,600.00
	8	2	4	1	1	0	0	0	0	0	0	0	$39,380.00
	8	0	1	3	0	1	1	2	0	0	0	0	$45,250.00
	4	1	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	$21,750.00
	11	3	4	0	1	3	0	0	0	0	0	0	$90,000.00
Total	48	13	10	7	4	6	1	6	0	1	0	0	$276,700.00

http://www.bvbdb.com/players/women/hollymcpeak.shtml 18/11/1422

USAV

Season	Played	1st	2nd	3rd	4th	5th	7th	9th	13th	17th	21st	25th	Winnings
	[illegible]	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	$8,750.00
	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	$17,000.00
Total	4	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	$25,750.00

WPVA

Season	Played	1st	2nd	3rd	4th	5th	7th	9th	13th	17th	21st	25th	Winnings
	2	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	$125.00
	2	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	$250.00
	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	$175.00
	16	0	0	0	1	4	3	4	4	0	0	0	$12,485.00
	16	0	0	3	2	5	2	4	0	0	0	0	$24,312.00
	14	8	5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	$57,900.00
	14	8	1	5	0	0	0	0	0	0	0	0	$88,025.00
	12	7	2	0	1	2	0	0	0	0	0	0	$57,300.00
	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	$13,000.00
Total	78	23	8	10	4	11	5	13	4	0	0	0	$253,572.00

BVA

Season	Played	1st	2nd	3rd	4th	5th	7th	9th	13th	17th	21st	25th	Winnings
	5	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	$21,000.00
Total	5	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	$21,000.00
Overall	171	55	25	24	16	21	6	19	4	1	0	0	$715,178.00

Victory List

1993

Victory	Date	Assoc	Location	Partner	Seed	Winnings
1	Apr 18	AVP				$0
2	May 09	AVP				$0
3	Jun 06	AVP				$0
4	Jun 13	AVP				$0
5	Jun 20	AVP				$0
6	Jul 04	AVP				$0
7	Jul 18	AVP				$0
8	Jul 25	AVP				$0
9	Aug 01	AVP				$0
10	Aug 15	AVP				$0
11	Aug 29	AVP				$0

1994

Victory	Date	Assoc	Location	Partner	Seed	Winnings
12	May 22	AVP				$2,857
13	May 29	AVP				$2,857

14	Jul 24	AVP				$2,857
15	Aug 14	AVP				$2,857
16	Aug 28	AVP				$7,143

1995

Victory	Date	Assoc	Location	Partner	Seed	Winnings
17	Apr 23	WPVA				$4,700
18	May 14	WPVA				$4,700
19	Jun 04	WPVA				$4,700
20	Jul 09	WPVA				$4,700
21	Jul 16	FIVB				$5,000
22	Jul 22	FIVB				$5,000
23	Jul 29	FIVB				$5,000
24	Aug 06	WPVA				$4,700
25	Aug 13	WPVA				$4,100
26	Aug 20	WPVA				$4,700
27	Aug 27	FIVB				$5,000
28	Sep 17	FIVB				$5,000
29	Sep 23	WPVA				$5,000
30	Oct 08	FIVB				$5,000

1996

Victory	Date	Assoc	Location	Partner	Seed	Winnings
31	Feb 24	WPVA				$15,750
32	Apr 07	WPVA				$5,438
33	Apr 28	WPVA				$5,500
34	Jun 02	WPVA				$4,700
35	Jul 14	WPVA				$7,500
36	Aug 11	WPVA				$9,225
37	Aug 18	WPVA				$10,000
38	Aug 25	FIVB				$14,600
39	Sep 15	WPVA				$7,500

1997

Victory	Date	Assoc	Location	Partner	Seed	Winnings
40	Apr 06	WPVA				$7,050
41	Apr 20	WPVA				$7,050
42	May 18	WPVA				$5,500
43	Jun 01	WPVA				$5,500
44	Jun 15	WPVA				$5,500
45	Jun 29	WPVA				$6,600
46	Jul 06	FIVB				$6,250
47	Aug 03	WPVA				$6,150
48	Aug 17	FIVB				$6,250

http://www.bvbdb.com/players/women/hollymcpeak.shtml 18/11/1422

1999

Victory	Date	Assoc	Location	Partner	Seed	Winnings
49	Jun 20	FIVB			6	$15,000
50	Sep 19	AVP				$3,675

2000

Victory	Date	Assoc	Location	Partner	Seed	Winnings
51	Apr 16	USAV			5	$10,000
52	Jul 04	FIVB			2	$16,000
53	Jul 09	BVA			2	$7,500
54	Jul 16	FIVB			2	$13,000
55	Nov 05	FIVB			1	$13,000

[| | Locations: (|) | | |]

[| | Seasons | Tournaments | | | | |]

الفصل الحادى عشر
احتفالات الاتحاد
الدولى للكرة الطائرة

- ❖ عصر (زمن) الرمال
- ❖ *The Sand's of time*
- ❖ نظرة شاملة نهائية (واسعة) من المسح المرجعى لبعض المراجع عن تاريخ الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ *Finally a comprehensive book about the history of Beach Volleyball*
- ❖ الاتحاد الدولى للكرة الطائرة – مائة يوم للاحتفال بمائة عام
- ❖ *FIVB 100 days to celebrate 100 years*
- ❖ الاتحاد الآسيوى والإحتفال المئوى للكرة الطائرة
- ❖ *AVC and Centennial Celebration of Volleyball*
- ❖ المملكة العربية السعوية والاحتفال بمئوية الكرة الطائرة
- ❖ *Saudi Arabia and Centennial Celebraation of Volleyball*
- ❖ تايلان والاحتفال بمئوية الكرة الطائرة
- ❖ *Thailand and centennial celebration of Volleyball*

- استراليا والاحتفال بمئوية الكرة الطائرة
- *Australia and Centennial Celebraation of Volleyball*
- اليابان والاحتفال بمئوية الكرة الطائرة
- *Japan and centennial celebration of Volleybal*
- أندونيسيا والاحتفال بمئوية الكرة الطائرة شاطئ – بالى
- *Indonesia and centennial celebration of Volleyball*

عصر (زمن) الرمال
The Sand`s of time

نظرة شاملة نهائية (واسعة) من المسح المرجعي لما تناولته بعض المراجع عن تاريخ الكرة الطائرة الشاطئية
Finally a comprehensive book a bout the history of beach volleyball

لقد تناول العديد من المؤلفين والكتاب المتخصصين في المجال الرياضي عامة ومجال الكرة الطائرة خاصة النواحي الفنية والمهارية أو الخططية لهذه اللعبة الشيقه. كما تناول البعض الاستراتيجيات الخاصة بها، وكذا طرق النجاح. وبناء المهارات والتقنيات الحديثة في التعليم والتدريب. اضافة الى العديد من الموضوعات الاخرى، إلا ان هناك عدد محدود للغاية من المؤلفين هم الذين تناولوا الكرة الطائرة الشاطئية بشيء من الاهمية، وذلك نظرا لاختلاف نشأتها وتطورها من بلد إلى أخرى، ومن قارة إلى الثانية.

وفي كتاب العصر (الزمان) الخاص بالرمال، نجد أن هذا المؤلف المسمى بعصر او زمن الرمال ***The sand's of time*** تناول التاريخ الكامل والخاص بالكرة الطائره الشاطئية لكل من الرجال والسيدات، بداية من الجذور الخاصة بدء ممارسة اللعبة داخل الصالات ***with the indoor games***.

فمثلا أوضحت طيات هذا المؤلف واظهرت للعيان – كيف لهذه اللعبة إن خطت طريقها إلى الرمال الخاصة بولاية كاليفورنيا

How the game made its way to the sands of California?

فعلى سبيل المثال اتضح من المسح المرجعي (من خلال هذا المؤلف)، إن أول مباراة للكرة الشاطئية، كانت قد لعبت على الرمال الخاصة بامتداد نادي هاواي للكانوي (نادي زوارق الكانوي - هاواي)، وهو نادي للزوارق الخفيفة الكانوي وكان ذلك عام ١٩١٥ -وهذا يمثل المستند الاول

As the first Documented: beach volleyball games was played on the sands of Hawaii's outrigger Canoe club in 1915.

ومن الاطلاع بين جنبات هذا المؤلف، أوضحت المعلومات الخاصة بخمسة وخمسون (٥٥) سنة عن الكرة الطائرة، أشارت هذه المعلومات، أنها كانت تتناول مزاولة اللعبة، داخل الصالات.

وهنا يجدر الإشارة إلى حقيقة هامة أن ممارسة اللعبة داخل الصالات المغلقة *The indoor game*، كانت تمثل الدافع أو الباعث *motivation* للعبة الخاصة بالكرة الطائرة الشاطئية، حيث أن ممارسة اللعبة داخل الصالات المغلقة خاصة في أيام الشتاء القارس، هي الحافز لممارستها على الشواطئ، عند حلول فصل الصيف.

ولذلك نحن نعتبر أن ممارستها داخل الصالات مستند تاريخي لبدء ممارستها على الشواطئ، والدلالة في ذلك أن معظم المراجع في مجال الكرة الطائرة الشاطئية إلى صعوبة تحديد الزمان الفعلي لبدء ممارسة الكرة الطائرة الشاطئية، ولكنهم إن لم يكن معظمهم أشاروا أن بدايتها مرتبطة بممارستها داخل الصالات المغلقة، لذلك كان من الأهمية بمكان أن نلقي نظرة على جذورها الأصلية *to illustrate its original roots*.

فالمولد (الميلاد) الخاص بالكرة الطائرة الشاطئية *The Birth of beach volleyball* أوصى وكشف لنا (يبوح لنا) *reveals*، كيف للعبة الكرة الطائرة داخل الطائرة أن ساهمت بجهد مشترك، ووصفت الإدراك أو الفهم الواضح للتصور الأولي عن لعبة الكرة الطائرة الشاطئية.

Now the indoor game contributed to the conception of the beach game?

كما أوضحت بعض المراجع السنوات الذهبية للكرة الطائرة الشاطئية، حيث أوضحت أن بداية السنوات الذهبية للكرة الشاطئية، كانت في الخمسينات، فهي السنوات الذهبية الخاصة تحديدا بالعام ١٩٥٠ والتي أطلق عليها *Golden year's of the 1950's* في حين أشارت بعض المراجع ان

الفترة من عام ١٩٦٠ إلى ١٩٧٠، أوضحت وتناولت الأداء في الأحكام والقواعد الخاصة باللعبة لكل من الشاب والشابات، كما أشارت هذه الفترة إلى إزدياد الشعبية المطلقة لهذه اللعبة من بين الشباب والشابات، والتي أطلق عليها سنوات المراهقة لشباب وشابات فائقي الجمال الممارسين للكرة الطائرة الشاطئية.

"Refferred to as the "Aloescent year's of beach volleyball".

في حين كانت الفترة منذ عام، ١٩٨١٠ وحتى عام ١٩٨٩، والتي أطلق عليها وحكم عليها بأنها فترة التحول أو التغير في سنوات الكرة الطائرة الشاطئية.

The evens of beach volleyball from 198 through 1989 referred to as the transitional year's of volleyball.

هذا وقد تناولت بعض المراجع الشخصية التي تميز أداء لاعبي الكرة الطائرة الشاطئية، منذ عام ١٩١٤، وحتى الوقت الحاضر، القائمة الخاصة بالأداءات ذات المكانة أو الأكثر شهرة *a table perfprmance*، والتي أديت بأفضل اللاعبين.

The personality of beach volleyball from 1914 to th present includes a list o notable performance an inventory of beach volleyball players.

فمثلا نستطيع أن نرى من خلال المسح المرجعي لبعض المؤلفات أنها قد تناولت واشتملت على الهيئات أو المظاهر الأدائية *categories performance*، والتي كانت خاصة بكل من الرجال والسيدات، فلقد أوضحت البيانات داخل هذه المؤلفات، من هم أفضل وأحسن.

- لاعبي القمة *Top players*.
- الفرق *teams*.
- المباريات *games*.
- الضاربين *spikers*..

- المعدين ***setters***.
- الوثابين ***jumpers***.
- لاعبي الدفاع ***defensive players***.
- لاعبي الهجوم ***offensive players***.
- لاعبي الصد ***Blocks***.
- لاعبي الدفاع العميق ***diggers***.
- أخشن، وأسرع لعب أو لعب يتسم بنشاط ملحوظ ***hustters***.
- أفضل لاعبين مؤدين للإرسال مع الوثب ***jump servers***.
- اللعب الفردي أو الألعاب الفردية المميزة ***single play***.
- أحسن عودة للخلف (بمعنى) أحسن أو أفضل لاعب يعود للخلف بسرعة ***come back***.
- أفضل أو أحسن تداول (حدث) بين الفريق الواحد، أو الفريقين المتباريين ***Rolley***.
- أداء اللاعبين المفعمين بالحيوية (اللاعبين البواسل أو الشجعان ***gusty performance***.
- اللعب الشائك (صعب) ***rivairy***.
- أفضل أو أحسن أداء للاعب يستخدم الجذع ***Trunk players***.
- جميع الأساطير (أو القصص) أو الخصائص ***legends and characters***.
- أفضل تصويب (أو ضرب) للاعب القمة هذه الأيام ***shot of to day's top players***.
- الأفعال (الأدائية)، الأداء الفعلي ***verbal performance***.

- الخصائص المزاجية للكرة الطائرة الشاطئية (أو) نوبات الغضب Beach V.B. Temper.

ولقد كانت كل قائمة من الأداءات السابقة في تكوين (تنظيم أو ترتيب) يطلق عليه تنظيم أو ترتيب كرونولوجي ***chronological order***، والأمر الأكثر أهمية هنا أن هذه القوائم تشمل أو تتضمن هؤلاء اللاعبين واللاعبات الذين، واللواتي لعبوا في الولايات المتحدة، وبالطبع وباستثناء قائمة الفرق الغير أمريكية ***non U.S.A team's***.

في حين تناولت كتيبات ومقالات صغيرة وجهة النظر المتدفقة (الحارة) ***(Current out look)***، والخاصة بالكرة الطائرة الشاطئية منذ عام ١٩٩٠، وحتى وقتنا الحالي، كذلك بعض من المؤلفات تتناول الحياة الذاتية والعائلية ***Domestically***، والدولية للكرة الطائرة الشاطئية، والتي لا يتسع المجال للإشارة إليها.

الفائزون winners

سلسلة أخرى من المطبوعات، نود أن نشير إلى مضمونها، ولكن لا يتسع المجال للخوض في تفاصيلها، حيث رأينا أن الإشارة إليها هنا هو ضرورة حتمية لتعريف القارئ العزيز، ببعض نجوم اللعبة المشهورون، إذ أن هذه السلسلة من المطبوعات تغطي السيرة ***Carrer*** لكل لاعب (أو لاعبي)، أو لاعبة (أو لاعبات)، الكرة الطائرة الأكثر نجاحا، وذلك في شكل قصة مع التعليق عليها.

Winner's series publications caver the carrer of one beach volleyball most successful male and female players legends or characters.

فقد تناولت هذه المطبوعات الإعلامية السيرة الذاتية والقصص للفائزين الأوائل ***first winners***، أمثال سين جين سميث ***Sin Jin Smith***، كراشي كيرالي ***Krach Kiraly***، باعتبارهما من أشهر المشاركين الفائزين في تاريخ

مسابقات الكرة الطائرة الشاطئية، مع كثير من الصور لكلا اللاعبين، مع الإشارة أو التعليق عليها، بينما شملت مجموعة أخرى تالية من السلاسل أو المطبوعات مجموعة السبعة فائزين من اللاعبين واللاعبات الأكثر شهرة أيضا، في عالم الكرة الطائرة الشاطئية، والذين شملتهم السيرة الذاتية بقصص تكاد تشبه الأساطير، كما كانوا يتميزون به من خصائص، وأداءات فنية.. إلخ، أمثال هؤلاء اللاعبة هولي ماك بيك ***Holley Mc Peack***، واللاعبة ليندا روبرتسون هينلي ***Linda Robertison Hanely***، واللاعبة بربارا ***Berbara***، وزميلتها فونتانا ***Fontana***، ومن اللاعبين ماك دود ***Mike doded***، وزميله راندي استوكيز.. ***Randy Stokios***، كما سوف تضمنت هذه السلسلة من المطبوعات للاعبين واللاعبات المتميزين مجموعة متألفة من الفائزين تتضمن كل من اللاعبة كارولين كيربي ***Karoleyn Kirby***، ليزا آرسي ***Lisa Aree***، واللاعبات بريني هولتزمان ***Bernie Holtzman***، جيني سيلزنيك ***Gene Selznick***، رون لانج ***Ron lang***، هنري برجمان ***Henry Bergman***، جيم منجيس ***Jim Menges***، مات جاج ***Maate Gage***، ريفون هاجين ***Rinvon Hagen***، سكوت أيكاتوس ***Scot Ayakatubby***، برنت فروت ***Brent Frohoff***، مايك وايت مارش ***Mike White March***، كنت ستافير ***Kent steffees***، آدم جوهانسون ***Adam Johnson***.

مائة عام كرة طائرة

الاحتفال المئوي للكرة الطائرة

100 Year's Volleyball Centennial Celebrations

نقلا عن أخبار الاتحاد الدولي للكرة الطائرة المعتادة والشاطئية (*FIVB*)، وتقارير كونجرس الاتحاد الدولي للكرة الطائرة *Centennial FIVB*. والذي عقد اجتماعه في أثينا في سبتمبر ١٩٩٥، باعتباره الهيئة التشريعية الدولية المسئولة عن تنظيم الكرة الطائرة بنوعيها على مستوى العالم. وكذلك نقلا عن تلخيص تقارير أخبار الكرة الطائرة من الاتحاد الآسيوي، شهد عام ١٩٩٥، حدثا بالغ الأهمية حيث تم بلوغ الكرة الطائرة عامها المائة، وقد خطط كل من الاتحاد الدولي *FIVB*، والاتحاد الآسيوي *A.V.C*، سلسلة رائعة ومتواصلة من الوقائع احتفالا بالعيد المئوي *long lasting series of events to commemorate the birthday.*

ولقد رأينا عزيزي القارئ، انه من المشوق التعرف على كيف تم الإعداد لهذا الاحتفال، وكيف تم التنظيم له والإخراج له بطريقة تليق بمكانة الكرة الطائرة، كذلك التعرف كيف ساهمت الاتحادات القارية الأخرى في المشاركة في هذا الاحتفال، وخاصة أنه تضمن بين جنباته بطولات شاطئية.

حيث بدأ الاحتفال بهذه الوقائع اعتبارا من ٢١ سبتمبر ١٩٩٤، على أن تنتهي في (٢) ديسمبر ١٩٩٥، لماذا هذا التاريخ بالذات؟ لأن هو اليوم الحقيقي من عام ١٨٩٥ م، عندما ابتكر وليام مورجان اللعبة في الولايات المتحدة (وبذلك ومن خلال هذه التواريخ وحسابها، يكون قد مر (١٠٠) عام على نشأتها وتطورها وانتشارها، هذا الانتشار المذهب والذي جعلها على مر هذه الحقبة من

الزمان تمثل مكانها بين سائر الألعاب الجماعية الأخرى، بل امتد الأمر لأكثر من ذلك حيث احتلت مكانة بارزة منذ دخولها إلى عالم الأولمبياد في دورة طوكيو ١٩٦٤م، وبذلك أصبحت لعبة أوليمبية لها جذورها وأصولها والتي تتطور من فترة لأخرى، حتى تستطيع أن تحافظ على المكانة الراقية التي وصلت إليها واحتلتها، يؤيد ذلك ازدياد عدد الممارسين لها في جميع أنحاء العالم، أو جميع قارات العالم الخمس، ويتضح ذلك جليا أيضا من خلال عدد المشاهدين لها، والذين اصبحت تجتذبهم هذه اللعبة المثيرة، وإليك تفصيل وقائع هذا الاحتفال الذي تم من قبل الاتحاد الدولي.

الاتحاد الدولي للكرة الطائرة - مائة يوم للاحتفال بمائة عام

FIVB 100 days to celebrate 100 years

أعطيت التعليمات، وعقدت الاجتماعات، وحددت اللجان، ووزعت الأعمال داخل الاتحاد الدولي للكرة الطائرة ***Federation International volleyball***، ليخرج هذا الاحتفال مهيبا يليق بتاريخ الكرة الطائرة، وذلك خلال مائة عام، وذلك خلال مائة يوم، وذلك في الفترة ما بين (٢٥) أغسطس ١٩٩٥، وحتى (٣) ديسمبر ١٩٩٥ حيث ستختار جميع الاتحادات الوطنية، يوما محددا (تحدده هي) تحتفل فيه بميلاد الكرة الطائرة، شرط أن يحتفل كل اتحاد على طريقته الخاصة، هذا وسوف يتم إهداء جوائز من الاتحاد الدولي للكرة الطائرة لأفضل البرامج.

ولكي نستوعب معا عزيزي القارئ.. وقائع هذه الاحتفالات على مستوى الاتحادات القارية والإقليمية، دعنا معاً، نلقي نظرة على الكيفية التي احتفل بها كل اتحاد إقليمي، وذلك في صورة مسابقات.

مسابقات ١٩٩٤ إلى ١٩٩٥م
1994-1995 Competitions

بإلقاء الضوء على جدول المسابقات الدولية، والتي حددها الاتحاد الدولي العام للكرة الطائرة سوف نجده في ذاك الوقت، قد ازدحم بالعديد بالمسابقات فهو جدول، زاخر بكثير من الوقائع والمتمثلة في الآتي:

- بطولة العالم للرجال – باليونان – سبتمبر ١٩٩٤.
- ***Men's world championship – Greece. Sept, 94.***
- بطولة العالم للسيدات – البرازيل – أكتوبر ١٩٩٤.
- ***Women's world championship – Brazil – Oct, 94.***
- بطولة العالم للأربعة العظام – اليابان – نوفمبر ١٩٩٤.
- ***World supper four – Japan – Nov, 94.***
- سلسلة بطولة العالم للكرة الطائرة الشاطئية للرجال وللسيدات – شيلي – البرازيل – فبراير ١٩٩٥.
- ***World championship series Beach volleyball men's and women's. Chile – Brazil – Feb, 95.***
- دوري العالم للرجال – البرازيل – يوليو ١٩٩٥.
- ***Men's world league – Brazil – July. 94.***
- بطولة العالم للناشئات – تايلاند – يوليو ١٩٩٥.
- ***Women's world Junior championship, Thailand, July 95,***

- بطولة العالم للناشئين – ماليزيا – أغسطس – ١٩٩٥.
- *Men's world joiner championship – Malaysia, Aug. 95.*
- بطولة العالم للشابات – بورتوريكو سبتمبر ١٩٩٥.
- *Women's world youth championship Puerto Rico Sep. 95.*
- بطولة العالم للشابات – كوستاريكا – سبتمبر ١٩٩٥.
- *Women's world youth Costa Rico, Sept. 95.*
- نجوم أوربا مع جالا القارات – فرنسا – سبتمبر ١٩٩٥.
- *Europe All stars VS All Continents Gala France Sep. 95.*
- جائزة العالم الكبرى للسيدات – الصين – سبتمبر ١٩٩٥.
- *Women's world volleyball Grand prix – China Sept. 95.*
- دورات التأهيل الأولمبية – كل العالم – أكتوبر/ نوفمبر ١٩٩٥.
- *Olympic Qualification Tournament world wide Oct. Nov. 95.*
- كأس العالم للرجال والسيدات – اليابان – نوفمبر/ ديسمبر ١٩٩٥.
- *World cup for men's and women's – Japan, Nov. 95.*

الاحتفالات في السينما
Celebration in the movies

لم يقتصر الاحتفال بمرور مائة عام على وضع جدول للمسابقات الدولية، الزاخر بالكثير من الوقائع، والذي احتضنته أكثر من اتحاد إقليمي مثل الاتحاد اليوناني والياباني، والبرازيلي، والشيلي، والصيني، والبورتوريكو، والفرنسي، واتحاد كوستاريكا، والتايلاندي... إلخ من هذه الاتحادات المشاركة في تنفيذ واحتفال جدول مسابقات الاتحاد الدولي.

بل امتد الأمر إلى السينما، فبعد مشاركة الاتحادات الإقليمية المختلفة *Following entries by various federation*، سوف ينتج الاتحاد الدولي للكرة الطائرة *F.I.V.B* ، فيلماً، مدته ساعتان عن تاريخ الكرة الطائرة في العالم مستخدما في تنفيذ ذلك أفضل أفلام الفيديو التي جمعها من الاتحادات الوطنية.

The best of the submitted national Federations video.

وسوف تمنح الجوائز بعد الإعلان عنها في بلدة هوليوك (بلدة مبتكر اللعبة وليم مورجان)، بولاية ماساشوستس بالولايات المتحدة الأمريكية في ٢٥ أغسطس ١٩٩٥.

الاحتفال من خلال المطبوعات
The celebrations In Prints

وليكون الاحتفال بمرور مائة عام على مولد الكرة الطائرة، ذو دلالة عظيمة، وليصل صوتها إلى مرأى ومسمع جميع محبيها، أصدر الاتحاد الدولي للكرة الطائرة، كتابا، مصورا ومدعما بالوثائق، يوضح محتوى تاريخ الكرة الطائرة في العالم منذ عام ١٨٩٥م، وسيكون إنتاجا رائعا، سوف يتضمن بعض المعلومات والصور الفوتوغرافية التي لم تنشر من قبل.

الاحتفال والعملة الذهبية
The celebration In Gold

أيضا سوف نجد أن الجمعيـة العمومية للاتحـاد الـدولي للكرة الطـائرة علـى مستوى العالم، والتي انعقدت في أثينـا باليونـان في سـبتمبر عـام ١٩٩٤، اتخـذت قرارا، هاما، ألا وهو ما يتعلق بضرورة إصدار عملة ذهبية *Gold Coin*، تذكاريـة، سيتم صقلها خصيصا في سويسرا *The coin will be specially minted in Switzerland.*

الاحتفالات من خلال الدورات (حلقات المناقشة) والمعارض
The Celebrations, seminars and Exhibitions

ولمواصلة السلسلة الرائعة بوقائع الاحتفالات بمرور مائة عام على مولد الكرة الطـائرة، نظـم الاتحـاد الـدولي، حلقـات دراسـية عـن الكـرة الطـائرة، وكذلـك حلقات مناقشة عن الإدارة في الاتحادات الوطنية (سويسرا – مارس – ١٩٩٥).

The FIVB organize a seminars on volleyball management for national federations (Switzerland, March, 1995).

كذلك نظم معسكر أولمبي للكرة الطـائرة للشباب (اليونـان – يوليـو ١٩٩٥م) ***Volleyball Olympic camp for youth Greece July (1995).***

كذلـك كـان هنـاك حلقـة دراسية عـن تنظيم الكـرة الطـائرة في المـدارس وذلك في دولة كندا في شهر يوليو ١٩٩٥، أيضـا كـان هنـاك معرضا عـن الطوابـع البريديـة *Philatelic exhibition*، في سويسـرا وذلـك في شـهر سـبتمبر عـام

١٩٩٥، ولم يقتصر الأمر على ذلك بل كان هناك معرضا للصور الفوتوغرافية *Photographic exhibition*، يضم العديد من الصور النادرة، وكذلك الصور الرائعة للعديد من المناسبات وكان ذلك في شهر سبتمبر أيضا عام ١٩٩٥.

الاحتفالات والطوابع
The celebrations and stamps

ولإضفاء مزيد من البهجة والسرور على وقائع الاحتفالات بالعيد المئوي للكرة الطائرة، وضع الاتحاد الدولي للكرة الطائرة، في سويسرا جائزة مالية قدرها خمسون ألف دولار أمريكي ٥٠,٠٠٠ $، لأحسن طابع (تصميم طابع)، عن إحياء الذكرى المئوية لميلاد الكرة الطائرة، وكانت قد قدمت في يوم (٢) ديسمبر ١٩٩٥.

الاحتفالات في المدارس
The celebrations In Schools

لم يقتصر دور الاحتفال على المسابقات، أو إظهارها في السينما، أو من خلال إصدار عملة ومجموعة مطبوعات وملصقات، بل امتد الأمر ليشمل تلاميذ المدارس لتشجيعهم على الممارسة أو الاستمرار في ممارسة اللعبة، حيث سيتم دعوة المدارس للمشاركة في مسابقة تشتمل برامج مدرسية، لأنشطة الجري احتفالا بالعيد المئوي *school will be invited to enter a competition* *which involves running activity program*، ومرة ثانية أتيحت فرصة للفوز بجائزة مالية قدرها خمسون *50.000* دولار أمريكي $، مع ميدالية الغصن الذهبي للاتحاد الدولي للكرة الطائرة لن يفوز بهذه المسابقات.

And FIVB Golden Palm Trophy will be available towin.

الاتحاد الآسيوي والاحتفال المئوي للكرة الطائرة
AVC and Centennial Celebration of volleyball

كما امتـدت مسـاهمات الاتحـادات الإقليميـة في المشـاركة في هـذا الاحتفال المئوي، وعلى رأسها الاتحاد الآسيوي للكرة الطائرة، بنوعيها، والذي يمثل منطقة (قارة آسيا) بمناطقها الواسعة، والمتضمن لحوالي ٥٠ خمسون اتحاد وطني للكرة الطائرة، حيث ساهم هذا الاتحاد في الاحتفال بالمئوية الخاصة بمولد الكرة الطائرة، حيث رصدت جوائز قيمة خاصة منحت وقتها إلى فئات خاصة مثل جائزة أفضل مدرب *Best each*، وأفضل لاعبين *Best player's*، أفضل تنظيم *Best organizer*، وأفضل كفيل (راعي) للبطولة *Best - sponsor*، كذلك أفضل مذيع تليفزيوني *Best T.V. broad Caster*، كذلك أفضل إداريون وآخرون *administrators a ward and others*، ولم يقتصر على هذا بل امتد نشاط الاتحاد الأسيوي لكي يستغل دورة الألعاب الأسيوية للرجال والسيدات والمقامة وقتها في اليابان في أكتوبر ١٩٩٤، في إقامة دورة عروض خاصة بالكرة الطائرة الشاطئية *A special exhibition Tournament*، وحتى في مجال الترويح والصحة *promotion of health*، سوف تنتج اللجنة الطبية للاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة *The AVC Medical committee*.

ملصقات خاصة تروج لأمـور الصحـة *stickers which promote health massages*، أيضا سوف تساهم مجلة أخبار الكرة الطائرة الأسيوية، والمعروفة باسم *Assian volleyball News*، في الاحتفال بالعيد المئوي للكرة الطائرة من خلال الاتحاد الأسيوي للعبة، في إصدار عدد خاص عن مجلة عن الاتحاد الأسيوي والمشاركة الفعالة في الاحتفال، وكان ذلك في يوليو ١٩٩٥.

المملكة العربية السعودية والاحتفال بمنوية الكرة الطائرة

Saudi Arabia and Centennial celebration of volleyball

أيضا امتدت مساهمات الاتحاد الإقليمية للكرة الطائرة في المشاركة إلى البلاد العربية في الاحتفال المنوي بميلاد الكرة الطائرة، حيث نظمت المملكة العربية السعودية باعتبارها أحد أعضاء الاتحاد الآسيوى للكرة الطائرة حلقة دراسية ***Seminars***، خاصة عن المخدرات والمنشطات وأخطارها وذلك لكل من اللاعبين والمدربين والأطباء.

Saudi Arabia organize on anti –doping seminar for player, coaches, and Doctor's.

تايلاند والاحتفال بمنوية الكرة الطائرة

Thailand and Centennial celebration of volleyball

لقد رأت تايلاند من وجهة نظرها الخاصة أن تكون مساهمتها في الاحتفال بالعيد المنوي للكرة الطائرة من خلال تنظيمها لدورة خاصة عن الكرة الرقيقة (الناعمة) ***soft volleyball***، للأطفال تحت سن الـ ١٢ سنة، وباستخدام ملعب أصغر وشبكة أقل ارتفاعا وكرة أخف وزنا، ويرجع السبب في هذا الاقتراح، إلى زيادة التعريف باللعبة، وكذلك زيادة رقعة ممارسيها، فتكون اللعبة أكثر شعبية مما عليها في تايلاند.

استراليا والاحتفال بمئوية الكرة الطائرة
Australia and Centennial celebration of volleyball

أيضا ساهم الاتحاد الأسترالى للكرة الطائرة ***Australia V.B Ass*** في الاحتفال بمرور مائة عام على مولد الكرة الطائرة، حيث اهتم اهتماما بالغا، حيث احتضن وأدار ونظم أول بطولة كأس للمدارس الثانوية الأسيوية في الكرة الطائرة، وكان ذلك ببلدة بيرث، التي تقع غرب استراليا، وكان ذلك خلال شهر أغسطس ١٩٩٥، وأهم ما في هذه البطولة أنها لم تقتصر على الاتحاد الاسترالي فقط، بل جعلها مفتوحة لجميع المدارس الثانوية للاتحاد الأسيوي للكرة الطائرة.

Australia and the first ever Asian High School cup in Perth Western Australia in August 1995, The even were will be open to all high school in the A.V.C.

اليابان والاحتفال بمئوية الكرة الطائرة
Japan and Centennial celebration of volleyball

كما ساهمت اليابان أيضا باعتبارها عضو مؤسس للاتحاد الدولي الأسيوي للكرة الطائرة في الاحتفال بمرور مائة عام على مولد الكرة الطائرة، وهنا سوف نجدها قد نظمة كأس بطولة يطلق عليها كأس الأسد ***"Lion Cup"***، وكانت المشاركة في ذاك الوقت مفتوحة لجميع دول الاتحاد الأسيوية للكرة الطائرة، حيث أن هذه البطولة أو هذه الكأس تقليد هام جدا في اليابان، يهتم

بتنظيمها وإخراجها كل عام الاتحاد الياباني، وقد جعلها في تاريخ لتكون مواكبة للاحتفال بمنوية ميلاد الكرة الطائرة، وهي خاصة بالناشئين فقط من الجنسين.

إندونيسيا والاحتفال بمنوية الكرة الطائرة، وتنظيم بطولة الكرة الطائرة الشاطئية في بالي

Indonesia and Centennial celebration of volleyball, Beach volleyball organize in "Bali"

إنها لمن المصادفات الطيبة، وحسن الطالع أن يصادف الاحتفال بمرور مائة عام على مولد الكرة الطائرة، أن يواكب ذلك عيد استقلال دولة أندونيسيا، فلقد كان عام ١٩٩٥ يمثل أهمية خاصة لدولة أندونيسيا، حيث سيكون عمر استقلالها خمسون عاما (أي مضي خمسون عاما على استقلالها).

In 1995 Indonesia will be 50 years old.

ولذلك فقد كانت الاحتفالات مشتركة بعيد استقلال الدولة مع المنوية الخاصة بالكرة الطائرة، وذلك من خلال تنظيم مسابقة خاصة للكرة الطائرة الشاطئية، والتي أقيمت في مدينة بالي وكأس الرئيس الدولة هو الحائز المعطاة للفرق الفائزة.

The co – Celebration of the country and volleyball will be commemorated through a special Beach Volleyball event to hold in Bali, the prize will be the presidential cup.

الأمر الذي دعا كثيرا من المحررين وكذلك النقاد الرياضيين، والمذيعين أن ينظروا إلى هذه البطولة نظرة خاصة، تحت عنوان:

الكرة الطائرة الشاطئية على شاطئ بالي

BALE beach volleyball

يقول ماريلين برين (استراليا) *Marilyn Breen (Australia)*، أحد المحررين الرياضيين الرئيسيين، والذي يمد مجلة أخبار الكرة الطائرة الأسيوية بالعديد من الأحداث الهامة، عن هذه البطولة العالمية للكرة الطائرة الشاطئية، والتي كانت جوائزها بالدولار الأمريكي، والتي أقيمت على شاطئ بلدة بالي بأندونيسيا، وفي الحقيقة في بادئ الأمر يسأل ماريلين نفسه هل يوجد في العالم لإدارة حدث للكرة الطائرة الشاطئية أفضل من مدينة بالي الجميلة بأندونيسيا، برمالها البيضاء، وجوها الدافئ، وازدحامها العظيم.

is here a better place the world to conduct a beach volleyball event than beautiful (BALI), Indonesia with it's white sand, warm climate and great crowds .

هنا سيجيب البعض بكلمة نعم، فإنك لو كنت هناك، سوف ترى أن الاتحاد الأندونيسي عمل عملا عظيما، فقد كان التنظيم أكثر من رائعا لهذا الحدث، خصوصا فيما يختص بالتشجيع الخاص بهذا الحدث، حيث كانت الأعلام الكثيرة في كل مكان ***many flags every where***، ثم كان هناك العديد من المحررين والمرسلين والمصورين ***There were the reporters and photographs***، عدد لم يسبق أن شاهدته أي بطولة، وكان هناك عدد كبير من اللاعبين سواء من القارة الأسيوية أو خارجها، فقد أتى اللاعبين الاستراليين مثلا للفوز، وفعلا حدث هذا، حيث فاز بهذه البطولة اللاعبان سميث، وزميله دورانت ***Smith and Durrent***، اللذان كسبا في الدور النهائي بكل سهولة، كما حققت اللاعبتان الاستراليتان كومبس ***Combs***، وزميلتها جرين ***Green***، المركزين الأول والثاني في بطولة السيدات في هذه الدورة، وذلك بعد أن هزمتا اللاعبتان بالم ***Palm***، ودودلي ***Doudle***، في مباراة رائعة، أداؤها كما لو كانت تمثيلية مثيرة ***in a thriller***.

لقد تم إخراج هذا الحدث في يوم عيد الاستقلال بصورة رائعة، حيث حضر جميع المسئولين الرسميين في الاتحاد الأسيوي، وانضموا إلى روح

الحدث، وباللباس المناسب، خاصة وقت توزيع الميداليات، مما أعطى لهذه البطولة جو يتسم بالوقار، والاحترام، مع قضاء الجميع وقتا ممتعا.

وفي ختام كلماته يقول مالرين برين – شكرا أندونيسيا نتمنى أن نراك السنة القادمة ***Thank Indonesia we hope to see you next year.***





الآدات المهارية الاكثر شيوعا فى الكرة الطائرة الشاطئية



الفصل الثانى عشر
أفكار وآراء حول الأداء المهارى

- ❖ أفكار وآراء حول بعض حقائق الأداءات المهارية الأكثر شيوعا فى الكرة الطائرة الشاطئية

- ❖ *Thoughts and opinions about some reality of performance more useable in beach Volleybal*

- ❖ الفن الخاص بالدفاع

- ❖ *The arty defense*

- ❖ الوضع الجيد يعنى التوقع

- ❖ *Good position mean anticipation*

- ❖ الاستراتيجية

- ❖ *Strategy*

أفكار وأراء حول بعض حقائق الأداءات المهارية الأكثر شيوعا في الكرة الطائرة الشاطئية

Thoughts and opinions about some reality of performance more useable in Beach Volleyball

الأداءات *Techniques*

عادة ما تشكل بداية الوضع ***Starting position***، في أي أداء مهاري أمرا غاية في الأهمية، ولما كان التمرير الدفاعي أو المعروف بالتمرير من أسفل باليدين معا ***forearm passing***، هو الأكثر شيوعا في الكرة الطائرة الشاطئية، حيث أنه من المهارات التي تتخذ أكثر من شكل، حسب متطلبات الموقف اللعبي، لذلك رأينا أن نقوم هنا بتوضيح (أو الإشارة) إلى بعض الحقائق الهامة تسهم في نجاح هذا الأداء المهاري.

الأداء الخاص بالتمرير الدفاعي *Technique of defensive passing*.

- الوقوف العادي مع تباعد قدميك قليلا، أو أكثر من عرض الكتفين.
- ***Stand with your feat spread a little more than shoulders.***
- اتزان (توازن) جيد .
- ***Well balanced.***
- من هذا الوضع يمكنك التحرك في أي اتجاه.
- ***From this position: to move in any direction.***
- أحد القدمين في الأمام قليلا عن الأخرى.
- ***One your arms and head apart.***

- كن مستعدا أن تجري في اتجاه الكرة أولا.
- ***And be ready to run to the ball first.***
- ثم ابدأ بعمل حركة حفر (اتخاذ وضع الدفاع العميق مـن الوضع الأساسي) (اتجاه الكرة)، لدفع الكرة بسرعة كبيرة.
- ***Then dig it, for hard driven balls.***
- حاول، على أن تحافظ دائما أن تجعل هناك وسادة ***cushion*** مـن ذراعيك تحت الكرة (الثلث الأول من الساعدين)، فإن ذلك يساعد في جعل الكرة دائما في ملعبك أو قرب شبكتك، وبارتفاع على الأقل حوالي (١٠) أقدام.
- اسحب ذراعيك قليلا للخلف من خلال الحفر (التمرير الدفاعي العميق).
- ***Pull your arms back a little with the dig.***
- أو اسحب ذراعيك للخلف أكثر من اللازم، مع الكرة حتى تمتص قوتها.
- ***Of full back word with the ball to absorb some of its force.***

من هذا الوضع دائما ابدأ استخدام كلتا اليدين معا قدر المستطاع، وعندما تكون كسولا (سرحان)، استخدم ذراع واحدة، فإن هذا سوف يكلفك (نقطة)، وإذا أتت إليك الكرة قوية، وفي اتجاه وجهك (يجب أن تدفع الكرة بقـوة، وحتى يكون فتح اليد في التمرير الدفاعي العميق قانون، بمعنى آخر يجب أن تتجه اليدين لأعلى قليلا وقليلا وتدفع بقوة حتى لا تستقر خطأ على اليدين).

It must be driven hard for the open – hand dig to be legal.

كما يجب ضرورة الإشارة هنا أنه يمكنك أن تستخدم التمرير الدفاعي من أعلى (بالنسبة لنفس الكرات القادمة لوجهك بقوة)، وهو ما يطلق عليه ***The over hand dig***، وذلك من خلال جعل كفيك وأصابعك ***your palms and fingers***، جميعها حول الكرة، ثم قم بدفعها باستقامة لأعلى ***push straight up***.

وكنصيحة ولتصريف مثل تلك الكرات المضروبة بقوة والبعيدة عنك. فإن ذلك يتطلب ويعتمد على جزء للوضع الجسماني لتنفيذ (التمرير الدفاعي العميق) .

"For shots that are (the balls hitting forcedly and for from you, a large part of digging attitude".

إن المدافعين العظماء ***great diffenders***، يعتقدون أنهم باستطاعتهم، أن يحصلوا (أو يصلوا)، لأي كرة، وهنا يهم أين تكون هذه الكرة؟ ***no matter where is it***.

إن حدوث مثل هذا الأمر يعتمد، على أنك سوف تكون البادئ بالهجوم (أي تهجم على الكرة ***charge the bull***، أو تحمل نفسك على الكرة (هجوم مفاجئ على الكرة)، حيث عليك أن تنطلق بجسمك تجاهها (الكرة)، لكي تجعلها تصعد إلى أعلى، شرط أن يكون ذلك بكلا الذراعين معا قدر المستطاع.

Hurling your body to wards it to get it up, with two arms if possible,

بينما وفي حالة إذا ما استخدمت ذراع واحدة للتعامل أو لمحاولة الوصول أو الحصول على الكرة، هنا يجب عليك مراعاة الآتي:

- استعمل تلك الذراع القريبة من الكرة.
- ***Use the arm that closed to the ball.***
- شيء قوي عليك فعله، حيث عليك أن تستخدم الذراع غير السيطرة – ***non domination arm***.
- إلمس (تعامل) مع الكرة باستخدام منطقة الساعد .
- ***Contract the ball on your forearm.***
- مع طريقة (فرقعة – الصوت الناجم عن ارتطام الكرة بالساعدين، عليك بغلق الساعدين بحركة مفاجئة، أو يدير بحركة الرسغ مفاجأة لأعلى محدثا صوتا، ***Snapping it upward to left the ball***.

بمعنى آخر من وضع التمرير الدفاعي العميق عليك بضم الساعدين معا. حتى لا يكون فراغ لسقوط الكرة بين الذراعين، مع ثني الرسغين لأعلى في حركة مفاجأة لتساعد في صعود الكرة باتجاه أعلى، وعلى العموم، لذلك يجب أن تتذكر أن مفتاح النجاح هنا هو أن تحصل على الكرة وتجعلها تصعد (تتجه) لأعلى في جميع الحالات، ثم يلي ذلك أن تنهض (يهب اللاعب واقفا ... *realise*) ، وتهجم على الكرة.

أما بالنسبة للتفكير في الكرات ***for through balls***، وهنا ينبغي ألا تقلق بشأن عامل الدقة، ولكن كل ما عليك، هو أن تحاول أن تصل إلى الكرة وتجعلها (تصعد) تتجه لأعلى، وإلى منتصف الملعب، وحتى يستطيع مساعدك (أو زميلك) إعدادها.

كما هو في التمرير، فإنني (المؤلف) أود هنا أن اضغط على الأهمية الخاصة بلعب الكرة المنخفضة على الدفاع ***The importance of playing the ball low on defense***، إن مثل هذه الكرات (والتي تبدو منخفضة)، يعطيك وقتا أكثر لكي تلعب وتتعامل مع الكرة بطريقة أفضل، هذه هي الحقيقة الخاصة بالنسبة للكرات التي تمررها إلى زميلك القريب من الشبكة، وهذه الحقيقة أيضا تمتد لتشمل لتغطية الإعداد ***for covering sets***، خاصة عندما يعود (يرجع) مساعدك للخلف. اجعل أو استمر في جعل نفسك وباستمرار في وضع منخفض تحت الكرة إن مثل هذا الأمر سوف يجعلك تحصل على بعض الاندهاش (تذهل)، بأنك قد أنفذت ونجحت في أن أصبح في مقدورك أن حولت مجرى المباراة.

Staying low under the ball will get you same suppressing saves that can turn matches a round.

الفن الخاص بالدفاع
The art defense

كثيرا ما يطلق الفن الخاص بالدفاع على الوضع الجيد عن أي شيء.

The art of defense calls for good positioning as much as any thing else.

فعادة ما نلاحظ أن اللاعب يتخذ الوضع الابتدائي، الذي هو يبعد عن الشبكة مسافة تتراوح من ١٠ إلى ١٥ قدم، للخلف (بعيدا عن الشبكة)، معتمدا في ذلك على اللاعب الضارب، الذي من الممكن أن يضرب الكرة شديدة الانحدار لأسفل ***.hitter ability to hit the ball down steeply***

- أيضا تعتمد على كيفية حدته (اللاعب) في قطع هذه الضربة التصويبية .

- ***and on how sharp his cut shots is.***

- وأيضا تعتمد على زاوية التصويب العادية .

- ***and normal angle shot.***

- ومن هذه النقطة يجب عليك (كمدافع)، أن تكون مستعدا، لأنه تتجه وفورا (تذهب) لأي اتجاه، ولأي مسافة حتى تدرك الكرة

- ***you have be ready (as defender) to go any direction. And distance to get the ball.***

الوضع الجيد يعني التوقع
Good position mean anticipation

اتفق العديد من المتخصصين في مجال الكرة الطائرة المعتادة والشاطئية، على أن الوضع الجيد الذي عادة ما يتخذه اللاعب المدافع، ليكون

مهيئا للتعامل مع الكرة، هذا بجانب المقدرة (مقدرته) على قراءة الضارب أو المهاجم.

Good position means anticipation or the ability to read the hitter (or attacker).

ويقول كنت سيفيز ***Kent syeffes*** إن أحدا أفضل (أحسن) اللاعبين الذين شاهدتهم، ولا يغادرون مخيلتي، هو لاعب الكرة الطائرة الشاطئية، والمعروف لدينا جميعا، هو اللاعب مايك دوود ***Mike Dodd***، فهذا اللاعب يتميز بالآتي:

(١) أنه أولا يدرس خصمه ***he studies his opponents.***

(٢) حتى يستطيع من خلال ذلك (أن يكون لديه إحساس ممتاز، خاص لأي نوع من التصويب (الضرب). ربما يحاول الضارب استخدامه).

- ***So he has an excellent sense of what type of shot the hitter might try.***

(٣) كما أنه (أو كخطوة تالية)، يقرأ بالتالي الخط الخاص باقتراب المهاجمين ***next he reads the attacker's line of approach.***

(٤) القدرة على توجيه (تكييف جسمه ووفقا للظروف أو الحقائق (الأوضاع) أي حركة، (مع حركة مرجحة الذراع جيدا).

- ***The ability of body orientation and arm swing very well.***

إن جميع الأصوات الحادثة ***(all clues)***، (أو بمعنى آخر الكلمات والصياحات بين اللاعبين المتنافسين)، سوف تخبرك أين تتجه التصويبة أو الضربة، فالقاعدة أو الأساس الحسابية ***Based on those calculations***، والخاصة بمثل هذه الحقائق، جعلت اللاعب مايك دوود ***Mike Dodd***، يضرب جسمه (أو بمعنى آخر ينطلق بجسمه) بجوار (خلف الكرة)، ويضربها بقوة لكي تصعد عاليا تلك المرة ***and pops it up time of to time.***

وحـــول بطولـــة رولان جـــروس النســـائية Rollan Gross women championship، قد لاحظنا أن اللاعبة المشهورة، هولي ماك بيك Holley Mc Peuk. قد تسيدت ذلك الفن الخاص بالدفاع العميق (التمرير الدفاعي العميق)، والذي كان أحد العوامل العظيمة لنجاحها.

Holley Mc Peack mastery of the art of digging has been a great factor in her success.

وفي سبيل أو في حالة محاولة معرفتها لكيفية طريقة ضرب (تصويب) الفريق المنافس أمامها (الخصم اللاعبتان المتنافستان)، نلاحظ أن تلك اللاعبة هولي ماك بيك، كانت لها المبادأة أو الاستهلال في الاستفادة من سرعتها المتزايدة والاستثنائية والتي كانت تتسم بالرشاقة

Holley Mc Peak Capitalizes on her exceptional quickness.

حيث كانت من خلال هذه السرعة (العجلة)، التي كانت تتسم بالرشاقة تستطيع عمل الآتي:

- كان باستطاعتها أن تقومك بالتمرير الدفاعي العميق أمام الضربات القوية (أو التصويبات القوية).
- ***She can dig hard shots.***
- كان باستطاعتها أيضا أن تجري أسفل الكرات الساقطة بقوة، من خلال (أو بواسطة) كفاءة متساوية.
- ***She cal also run down dinks with equal efficiency.***

الاستراتيجية *Strategy*

تعني الاستراتيجية في مفهومها الواضح، قواعد ضبط السلوك أو العمل فنحن يجب أن نعرف أن كل من:

- الدراسة *study*.
- ضبط النفس (أو الانضباط) *discipline* (بمعنى آخر التدريب على ضبط النفس، مع فرض نظام خاص، ويتم ذلك عن طريق التدريب).
- الصبر *patience*.

جميعها تمثل المهارات أو المبادئ الأساسية بالنسبة للدفاع الجيد *Those are the fundamentals of good defense*.

فأنت عزيزي لاعب الكرة الطائرة الشاطئية، عليك أن تتصرف أولا على ميول (أو نزعات) خصمك (الفريق المنافس) *your opponents tenancies*، ثم بعد ذلك عليك بضبط النفس أو الانضباط (وبالطبع تحقيق هذا العامل لا يتأتى إلا من خلال التدريب المستمر على ذلك في مواقف مشابهة تماما لما يحدث في المباراة)، وما يتبع ذلك، إذا يجب عليك ومساعدك أن تتدرب عليه، وبسرعة تقررا ما يجب عمله حيال ذلك في المنافسة، وبالطبع أيضا إذا ما اتبعت ذلك أنت وزميلك سوف نلاحظ دائما أن ذلك الفوز المتوقع دائما يأتي سهلا *it won't always came easily*.

وربما في بعض الحالات، سوف تجد نفسك، أنه ربما يكون تخمينك تجاه (هذا الموقف) خطأ *you might guess wrong*، بينما في نفس اللحظة ربما يكون تخمين خصمك صحيحا في كل مرة *your opponents might be guessing right every time*.

ولكننا ننصح في هذه الحالة أن تثبت على هذا التخمين، فربما الفرصة سوف تأتي أيضا سوف تصبح أنت وفي هذه الحالة جاهزاً.

تذكر بعد أن يتم ويعطيك لاعبك أو زميلك إشارة أو إعلان حائط صد فردي *single blocking*، هنا فإن هذا الأمر سوف يتوقف عليك لكي تقرر، الكيفية التي يجب عليك استخدامها (تنفيذها)، لتغطية منطقتك، فعلى سبيل المثال، لو فرض وأن مساعدك أو زميلك، قد قرر أن يشكل خط حائط صد دفاعي *decides to block line*، فإنه هنا وفي هذه الحالة من الممكن أن تقوم لمجموعة الإجراءات التالية:

(١) ابقى في زاوية (الضرب)، متحديا بذلك الضاربين، بأحسن ضربة (مستقبله دفاعيا).

(1) stay in the angle. Challenging the hitters beast beat.

(٢) اجري تجاه الخط (خط المنتصف)، في الثانية الأخيرة، على أمل أن يحاول اللاعب الضارب (المنافس) القيام بالضرب الساقط لأسفل *dirk*، أو أن يعطي تصويب (أو ضرب) على شكل قوس.

(2) ***Run to the line at the last second in hopes the hitter tries a dirk or rainbow short.***

(٣) التقدم للأمام تجاه الخط، والعدو السريع خلفا في زاوية .

(3) Head Toward the line and sprint back to the angle.

(٤) الذهاب (اذهب) إلى المنتصف، انتظر، راقب الضربة (التصويب، بعد ذلك الهجوم على وفي اتجاه الكرة (اتجه إلى الكرة بقوة).

(4) Go to the middle, wait and watch for the ball.

(٥) استخدم أي من هذه المتنوعات (الاختلافات) الخاصة بالتكتيك (الخططي).

(5) Use any variation of there tactics blocks angle.

مع ملاحظة، أنه عندما يقوم مساعدك بإتمام خلق زاوية الصد ***block angle***، ببساطة حاول بسرعة استرجاع التكتيك ***reverse the tactics***.

عادة ***Occasionally***، باستطاعتك أن تحصل على دورك الذي يتعين عليك القيام به ***your cue***، والخاص بالنسبة للدفاع، وذلك من خلال كلمات أو صياح خصمك، فإذا حدث مثلا وأن صاح أحد لاعبي الفريق المنافس بصوت عال على لعبة ما (عادة هنا في هذا الموقف عادة ما يكون هو اللاعب المعد) للفريق المنافس، عادة هنا في هذا الموقف أيضا يقول ***line–line*** (خط – خط) أي على الخط أو ناحية الخط، وهنا وأنت في موقف الدفاع في الناحية الأخرى من الملعب عليك أن تخاطر (تغامر ***gamble***) ، وتذهب اتجاه هذا الخط على أمل أن اللاعب المهاجم المنافس يتبع كلمات واقتراحات لاعبة المعد مرة ثانية، فهناك سبب آخر، وهو ما يتعلق بأن اللاعب ضارب الخصم ينطلق، بنماء على كلمات أو نداءات اللاعب المعد، في كرة مرة، ولكنه يقول بضرب الكرة ضربة ضعيفة قوية بعيدة عن المدافع ***it tips off the defense***.

ومما هو جدير بالذكر قي هذا النقاش، أن الدفاع الجيد لا يستلزم مهارة بدنية فقط ***Good defense requires not only physical skill***، ولكنه يتطلب حساسية ملعب جيد ***good court sense*** والآن إليك بعض من التدريبات التي تنمي كلاهما معا، فمثلا، اقرأ تدريب الضارب ***Reading the hitter drill***.

- اجعل هناك فردا ما وليكن أحد أصدقائك (زميلك) يقف على منضدة في نصف الملعب الآخر وباتجاهك (عليك أنت أن تكون في النصف المواجه له)، شرط أن يخلط بين أنواع الضرب أو التصويب ***mixed shots***، إن حدوث مثل هذا التدريب يمثل طريقة مثلى نمطية لكي تتعلم الدفاع.
- ابدأ من خلال أن تجعله يقوم بالضارب القاطع للملعب قطري – ***cross cout hit***.

- بعد ذلك اجعل الزميل (المساعد) يحرك المنضدة، وحتى يكون أمامك (اتجاه الضرب على خط واحد).
- يجب عليك (الضارب المعاكس)، أن يضاعف، ويخرج بين حركات الضاربين *try to duplicate to hitters*، شرط أن تكون قريبة منك كمدافع قدر المستطاع.
- حاول جاهدا في هذا التدريب أن تتعلم قراءة حركة كتف الضارب وكذا طريقة مرجحة الذراع.
- ***Reading his shoulder and arm swing.***

❖ **ومن العرض السابق الذى تناول فيه من خلال هذا الفصل (الثانى عشر)، وفى صورة مجملة، الأفكار والآراء حول بعض الحقائق الخاصة بـالأداءات المهاريـة الأكثر شيوعا فى الكرة الطائرة الشاطئية، رأينا من خلال الفصـل التـالى أن تتناول وبشئ من التفصيل الأداء المهارة للكرة الطائرة الشاطئية مع الـتركيز على تلك المهارات الأكثر شيوعا وإستخداما فـى الشـاطئية – وكيفيـة أدائـها وطرق تصحيحها، بغية مسـاعدة كـل مـن يحـاول أن يمـارس أو يصحـح مـن ممارسته لهذه المهارة وهذا بشئ من التفصيل.**



الفصل الثالث عشر
الأداءات المهارية فى الكرة الطائرة الشاطئية

- ❖ الأداء المهارى فى الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖ *Skills performance in Volleyball*
- ❖ مقدمة
- ❖ *Introduction*
- ❖ الأساسيات الحركية فى الكرة الطائرة
- ❖ *Basics Motions in Volleyball*
- ❖ أهمية الأساسيات الحركية
- ❖ *The importance of the Basics Motions*
- ❖ تقسيمات المهارات الأساسية الأكثر شيوعا فى الكرة الطائرة الشاطئية
- ❖
- ❖ التحرك
- ❖ *The Movement*



الآداءات المهارية فى الكرة الطائرة الشاطئية

مقدمة

تعتبر المهارات الحركية الأساسي هي الأنظمة الحركية والأساس والركيزة القوية لأي من الألعاب والأنشطة الرياضية بمختلف أنواعها، وأشكالها، فهي تعتبر من أهم الأركان وأكثرها حساسية. لما تحتله من وقت طويل خلال فترات التدريب، كما تستحوذ على الكثير من الجهد والتكفير من جانب العديد من المدربين، فهي لا غنى عنها للاعب سواء المبتدئ أو المتقدم.

وعن العلاقة بين المهارات الحركية الأساسية وكل من الإعداد البدني والخططي علاقة قوية، لا يمكن لأي منا تجاهلها، فالإعداد البدني وخطط اللعب لا قيمة لها بدون إتقان المهارات الحركية، فاللاعب غير المتمكن مهاريا تعتبر خطط اللعب بالنسبة له حلما يصعب تحقيقه.

ولما كانت الكرة الطائرة الشاطئية لها خصائصها الطبيعية، التي ميزتها عن الكرة الطائرة المعتادة (داخل الصالات) من حيث تشابه شكل الأداء، واختلاف وسط الممارسة (على الرمال)، وكذا عدد الأفراد الممارسين والمكونين للفريق الواحد (يتكون الفريق الواحد من لاعبان اثنان فقط)، إضافة إلى عدم وجود خطوط، في الملعب، مثل (خط الهجوم)...إلخ، الأمر الذي دعى إلى استخدام والاقتصار على مهارات معينة دون الأخرى، والتي تعتبر اكثر شيوعا في الشاطئية، مثل مهارة الإرسال من أعلى مع الوثب ***Jump serve*** والتمرير من أعلى وللأمام ***over head pass***، والتمرير من أسفل ***forearm pass*** والتمرير الدفاعي العميق ***digpass***، والدفاع الطائر ***diveing***، إضافة إلى التمرير من الانبطاح ***Sprawled***، والتزحلق ***slide***، حائط الصد الفردي ***Single block***،وهي تلك المهارات التي سوف نتناولها في هذا الفصل.

وقبل أن نتطرق إلى الأداء المهاري في الكرة الطائرة الشاطئية علينا أن نتطرق إلى العديد من المفاهيم والآراء وكذا الأفكار حول المفهوم الخاص بالأساسيات في الكرة الطائرة، مع توضيح أهمية هذه الأساسيات الحركية،

والفرق بين مفهوم كل من الحركات الأساسية، والمهارة الحركية، والذي سبق أن تناولناه في العديد من مؤلفات السابقة (*).

(*) للاستزادة حول هذا الموضوع، ارجع إلى مرجع التقنيات الحديثة في التعليم والتدريس للمؤلف، وكذلك أساليب منهجية حديثة فى التدريس والتدريب للمؤلف.

الأساسيات الحركية في الكرة الطائرة

Basics Motions in Volleyball

أهمية الأساسيات الحركية

The Importance of the Basics Motions

قبل أن نبدأ في توضيح أهميـة الأساسيات الحركيـة في الكـرة الطـائرة باعتبارها عامل هام مرتبط ارتباطا قويـا ومؤثـرا إيجابيـا علـى مسـتوى الأداء المهاري للاعـب، يجـب أن مـن الأهميـة بمكـان أن توضـح الفـرق بـين كـل مـن مفهومين أساسيين، تتضمنهم العديـد مـن المراجـع العربيـة والأجنبيـة خاصـة في مجال الألعاب عموما ألعاب الكرة ومنها الكرة الطائرة خاصـة وهـذان المفهومـان الأساسيان هما:

١- الحركات الأساسية *Basic Motion*

والمقصود بها تلك الأنظمـة الحركيـة أو مجموعـات الأفعـال الحركيـة أو مجموعة الحركات التي يؤديها اللاعب لتحقيق هدف مكلف به.

ويتطرق إليها البعض الآخر بأنها مجموعة من الأفعال الإيجابية الموجهة في اتجاه معين بهدف تحقيق جميع الواجبات المطلوبة.

ـنما ينظر إليها البعض على أنها الأفعال الحركية الإيجابيـة الـتي تـؤدى بها وفيـ حقيق هـدف معين دون دخـول أفعـال أخـرى لا داعـي إليها قـد تؤثر على هـ بهادفية.

١- المهارة الحركية *Motion Skill*

هي ذلك الشكل أو المكـون الحركـي لحركـة واحـدة أو مجموعـة مـن الحركـات (أو الأساسيات الحركيـة) الـذي يتخـذه اللاعـب بطريقـة تمكنـه مـن التعامل مع الموقف المكلف بـه بينمـا يفضـل البعض أن يوضحها بعد أن ربطها

بالجسم فيقول عنها أنها ذلك الشكل أو التكوين أو الوضع الجسمي الذي يتخذه اللاعب للتعامل مع الأداء، شرط أن يكون هذا الوضع يتفق وتحقيق الهدف المكلف بدرجة عالية من الدقة.

عموما المهارة الحركية تتضمن حركة أو مجموعة من الأساسيات الحركية التي يجب أن تؤدي بدرجة عالية من الدقة.

ففي مجال الكرة الطائرة نحن نجد أن لاعب الكرة الطائرة الذي يتمتع بمهارة عالية في الضرب الهجومي بمختلف أشكاله مثلا، نعني بذلك أنه يمتلك الأساس الحركي لأداء هذه المهارة بكفاءة تسمح له بتحقيق نقطة مباشرة أو اختراق حائط الصد المقابل حتى الهروب منه، أو إذا لزم الأمر استغلال هذا الحائط لصالحه، وهنا فنحن نرى أنه لاعب لديه القدرة على أداء هذه المهارة بأشكالها المختلفة بدرجة عالية من الدقة، ويصبح هذا اللاعب مرتبط بهذه المهارة ومعروف بها لدى الجميع سواء من قبل مدرب الفريق أو زملائه أو حتى فريق الخصم كذا جمهور المشاهدين.

الأساسيات الحركية أو كما اتفق أن يطلق عليها في مجال الكرة الطائرة المهارات الحركية يجب أن يمتلكها ويتسيدها جميع لاعبي الكرة الطائرة تسيد تام، وذلك فنجاح أي فريق، وكذا لتحقيق أعلى درجات الإنجاز الأمثل، وبطريقة تمكنه من الوصول إلى المستويات العالية يعتمد في الدرجة الأولى على امتلاك اللاعبين لتلك الأساسيات الحركية، إضافة إلى قدراتهم على استخدامها تكنيكيا بدرجة عالية من الكفاءة.

فنحن نرى أن الأساسيات الحركية هي جوهر الاستراتيجية التكتيكية في الكرة الطائرة، حيث تعتمد تلك الاستراتيجية على مدى تنفيذ الأساسيات الحركية بمهارة عالية، وهذه أحد الأسباب أن نطلق عليها المهارات الأساسية، وعليه فإن الفشل في تحقيق هذه الاستراتيجية مرجعه ضعف حالة الفريق عامة وحالة اللاعب خاصة في هذه الأساسيات الحركية.

لذلك يجب أن تنال هذه الأساسيات الحركية جزءا هاما كبيرا من اهتمام المدربين واللاعبين، وهذا لا يتأتى إلا من خلال تكثيف التدريبات والمتضمنة للعديد من الأساسيات الحركية وتطويرها، بالإضافة لتحسين مستوى إتقان هذه الأساسيات وحتى نصل بها إلى درجة عالية من التميز والدقة والثبات في الظروف المغايرة أثناء الموقف التنافسي.

المهارات الأساسية

تمثل المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة مجموعة من الحركات الهادفة سواء كانت هذه الحركات بسيطة (مفردة) أو مركبة (فريقية)، تحتاج إلى أدائها في جميع مواقف اللعبة تقريبا والتي تتطلبها اللعبة، وتمثيل الغرض الأساسي من أداء هذه الحركات في الوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد التام في المجهود لذلك يجب أن يجيدها لاعب الكرة الطائرة إجادة تامة، إذ عن طريقها وبالتعاون مع جميع أفراد الفريق يمكن تنفيذ الخطط الفنية الموضوعة سواء كانت للدفاع أو الهجوم والتي تهدف في النهاية إلى تحقيق الفوز.

ولك هنا أن تتخيل فريق يفتقد إلى إتقان هذه المهارات البسيطة أو المركبة، فسوف نلاحظ هنا فريق مرتبك أدائيا مشوشا ذهنيا يخرج دائما من أي مباراة وهو يجر أذيال خيبة الأمل.

إن العبء الأكبر في تحقيق الجانب المهاري يقع في الأول والأخير على عاتق المدرس أو المدرب، فعلى كل منهما أن يعمل جاهدا على تطوير وصقل وتثبيت هذه المهارات الحركية التي يمكن أن يستخدمها خلال المنافسة، فلا أداء حركي مهاري يتميز إلا من خلال التدريب الشاق والمتميز بالتحكم والدقة والاقتصاد وحتى تخرج المهارات في أكمل صورها استجابة للمواقف المتغيرة لتحقيق إنجاز أفضل.

إن المهارات الأساسية في الكرة الطائرة هي ضرورة حتمية يجب أن يجيدها لاعب الكرة الطائرة إجادة تامة إذ عن طريقها وبالتعاون بين أفراد الفريق يمكن تحقيق الجانب الخططي سواء الدفاعي أو الهجومي على أكمل وجه.

فعندما يتقن ويتسيد جميع اللاعبون كل المهارات الأساسية البسيطة والمفردة والمركبة وكذا المهارات غير الشائعة، هنا لا يكتفي بهذا التسيد فقط بل يجب على كل من المدرس أو المدرب أن يقدم لهم وسائل التدريب البسيطة مع صغار السن والمركبة مع المتقدمين بغية الارتقاء بمستوى أداء هذه المهارات، وإذا لم يفعلا سيكون من الصعب عليهم الحصول على فريق جيد يلعب كرة طائرة حقيقية بدون إتقان هذه المهارات الأساسية.

وهناك أمر هام لا نستطيع أن نتغاضى عنه ونحن بصدد الحديث عن المهارات الفنية وتعليمها، إذ يجب علينا مراعاة القدرات الحركية واللياقة البدنية للاعبين، فمن الطبيعي أنه لا يمكن الحصول على ضرب هجومي (ساحق) جيد من لاعب كرة طائرة ليس لديه القدرة على الوثب العالي، وكذا الحال في حالة افتقار اللاعب المرسل لقوة عضلات الذراعين وكذا القوة الانفجارية للرجلين لا ننتظر من أن يؤدي إرسالا قويا سواء من الثبات أو الوثب.

الأمر الثاني الذي يجب مراعاته عند تعليم المهارات الفنية للعبة هو مقابلة مدى احتياجات خطط الفريق لها، فمثلا يجب أن يكون إعداد الكرة من جانب اللاعب المعد على ارتفاع معين ويتجه إلى مكان تواجد مهاجم معين، تنفيذا لمهام خطة الفريق الهجومية، حتى يكون ناتج هذا التنفيذ هو تحقيق ضربة هجومية قوية مع توجيه الكرة إلى مكان خال بالملعب إلى ثغرات الدفاع. نفس الحال عند أداء الإرسال فيجب أن يتسم بالقوة ويتجه إلى نصف الملعب الآخر بفكر واعي من جانب اللاعب المرسل وهذا بطبيعة الحال لا يتحقق إلى إذا أتقن مثل هذا اللاعب الأداء الأمثل المهاري للإرسال.

الأمر الثالث الذي يجب أن نتطرق إليه ونحن بصدد الحديث عن المهارات الأساسية هو ما يتعلق بمقابلة احتياجات قانون اللعبة، وهو الأمر الهام الذي يرتبط بعناصر فني الحركة، ففي الكرة الطائرة تتباين وتختلف مهاراتها الفنية والتي قد ينظر إليها من أول وهلة على أنها مهارات سهلة الأداء تعتمد على انتقال الكرة من مكان إلى مكان، ومن نصف الملعب إلى الآخر بأطراف الأصابع، الأمر الذي يختلف مع الواقع فالكرة الطائرة لعبة من ألعاب الكرة وشكل من أشكال النشاط الرياضي ذا الطبيعة الخاصة فعدم ارتباطها بزمن معين، وكذا طريقة التعامل مع الكرة، فنحن تارة نرى أن هناك الكرة المتعامل معها بأطراف الأصابع، وتارة أخرى نرى هناك كرة مضروبة ومرة نشاهدها كرة (مصدة) (مصدودة من البلوك) وتارة مضروبة بالرجل، الأمر الذي جعل لهذه اللعبة خصائص معينة ميزتها عن سائر الألعاب الأخرى فمثلا يلاحظ:

- أن لمس الكرة لفترة وجيزة جدا يزيد من صعوبة الحركة.
- لا يسمح بملامسة الكرة للأرض طوال فترات اللعب الأمر الذي يتطلب سرعة رد فعل عالية من اللاعبين.
- أن عدد اللمسات المسموح بها للفريق الواحد ثلاث لمسات (أو ثلاث ضربات كما يفضل البعض أن يوضعها) الأم الآخر الذي يستلزم دقة التمرير المصاحب بالتفكير الفعال الذي يحتم ضرورة إنهاء اللمسة الثالثة بعمل خططي.
- مساحة الملعب المحدودة جدا قياسا بمساحات جميع ألعاب الكرة يستلزم التعامل مع الكرة في هذه المساحة المحدودة مرتبطا ذلك بمقدرة انتباهية عالية من جانب اللاعبين طوال الوقت.

ختاما بعد إظهار أهمية المهارات الفنية الأساسية للعبة وبيان مدى ارتباطها بالعمل الخططي، ننصح بأن يجب على لاعبي الكرة الطائرة أن يتميز بدرجة عالية من الذكاء وحسن التصرف والتركيز، لديه القدرة على أداء وتسيد

جميع المهارات الفنية المفردة والمركبة، الشائعة وغير الشائعة بصورة جيدة تقربه من أقصى درجات الأداء الأمثل.

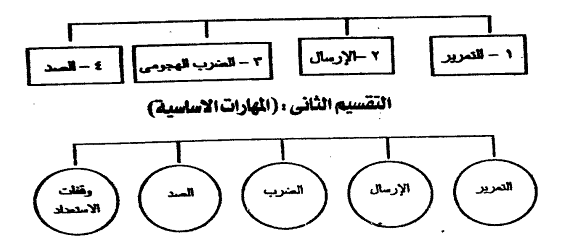
المهارات الأساسية الأكثر شيوعا في الكرة الطائرة الشاطئية

قسم الخبراء والمتخصصين في مجال تدريس وتدريب الكرة الطائرة، المهارات الأساسية الفنية كل من وجهة نظره هناك من قسمها على أنها مجموعة من المهارات الأساسية، ولم يتطرق إلى فروع كل مهارة إلا عند التعليم أو التدريب عليها، ومنهم من قسمها حسب السير والمنطق الطبيعي للكرة بداية بالإرسال وختاما بالضرب، ومنهم أيضا من قسمها حسب شكل الأداء المرتبط بمستويات الثبات أو الحركة، ومنهم من أشار إلى أهمية تقسيمها حسب الناحية التشريحية من أعلى ومن أسفل ومنهم من أوضحها وربطها، بأداء الكرة أو بدونها، ومنهم من قسمها حسب النواحي الخططية الهجومية والدفاعية.

وسوف نتطرق هنا إلى مجموعة من التقسيمات أو التصنيفات الأكثر ارتباطا بالكرة الطائرة الشاطئية والتى تم حصرها من العديد من المراجع العربية والأجنبية والأبحاث العلمية.

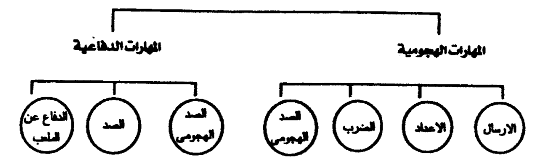
التقسيم الأول

المهارات الأساسية في الكرة الطائرة



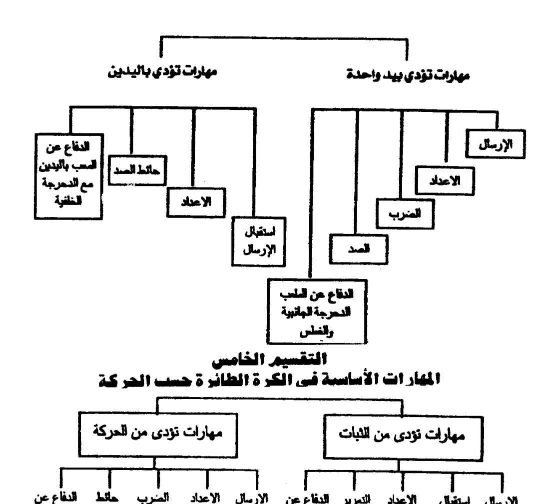
(التقسيم الثالث)

المهارات الأساسية في الكرة الطائرة



التقسيم الرابع

المهارات الأساسية حسب ارتباطها بشكل عمل اليد



التقسيم الخامس

المهارات الأساسية فى الكرة الطائرة حسب الحركة

مهارات تؤدى من الثبات

- الارسال
- استقبال الإرسال
- الاعداد
- التمرير من أسفل
- الدفاع عن الملعب

مهارات تؤدى من الحركة

- الإرسال الساحق
- الاعداد
- الضرب الساحق والساقط
- حائط الصد
- الدفاع عن الملعب

التحرك *The Movement*

نماذج التحرك *Movements Pattern*

تعتبر لعبة الكرة الطائرة أحد ألعاب الكرة الجماعية التي تتميز بالديناميكية والإثارة يشهد بذلك الجمهور الغفير الذي يقبل على مشاهدتها، حيث يبلغ في المتوسط ما بين الخمسة آلاف إلى سبعة آلاف مشاهد داخل الصالات التي أعدت خصيصا لمثل هذا الغرض، فهذا الجمهور يتمايل ويتأثر مع كل لعبة يقوم بها اللاعبين أو لاعب واحد سواء كان ذلك على الشبكة أثناء الهجوم أو على الأرض أثناء القيام بالمهارات والحركات الأكروباتية الموجهة لهدف معين في المنطقة الدفاعية، فهي من الألعاب ذات الطبيعة الخاصة، فعدم ارتباطها بزمن معين، وكذا طريقة التعامل مع الكرة بأطراف الأصابع مرة، وأخرى بأجزاء من الذراع وأخرى باستعمال الأرجل بطريقة قانونية.. إلخ، أيضا شكل ووضع عمل الرجلين فهو يختلف من مهارة الى أخرى فوضع الرجلين في التمرير يختلف عنه أثناء استقبال الإرسال من أسفل، عن وضع الرجلين لاتمام الضرب أو الصد – عن وضع الرجلين أثناء الدحرجة او الانزلاق ... الخ.

الفصل الرابع عشر
التمرير Passing

- ❖ النقاط الهامة التى يجب مراعاتها عنـــد تنفيــذ التمرير
- ❖
- ❖ التمرير من أسفل باليدين معاً
- ❖ *Forearm Pass*
- ❖ لماذا التمرير من أسفل باليدين معاً
- ❖ *Why the Forearm Pass important*
- ❖ كيف تنفذ مهارة التمرير من أسفل باليدين معاً؟
- ❖ *How to Execute the Forearm Pass*
- ❖ استكشفا الخطأ الخاص بالتمرير من أسفل بـاليدين معا وتصحيحها؟
- ❖ *Error Detection and Correction for the Forearm Pass*



التمرير *Passing*

يعتبر التمرير أحد المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة والتي يعتبرها البعض من المهارات الممهدة (الأولية) لإتمام الهجوم، أو حتى مهارة هجومية أساسية، وهي من المهارات التي تستخدم لنقل الكرة إلى أماكن مختلفة في ملعب الفريق الواحد، وذلك من خلال مجموعة من الضربات (اللمسات*) حددها القانون الدولي للعبة، حتى يمكن من خلالها الحصول على مواقف متميزة من أجل وأنسب طريق للضرب الهجومي ومهارة التمرير بأشكالها وأنواعها المختلفة تشغل بال كثيرا من المهتمين في مجال تدريس وتدريب الكرة الطائرة بمختلف مستوياتهم، خاصة وأنها تتشابه مع مهارة الإعداد *Setting*، فكلا المهارتان متشابهتان في الأداء تقريبا، ومختلفتان في الوظيفة، شأنهما في ذلك شأن بعض مهارات الكرة الطائرة لا يتسع المجال هنا لذكرها.

ويرجع الاهتمام بهذه المهارة من جانب المتخصصين نظرا لطبيعة التعامل مع الكرة لحظة التمرير حيث عادة ما يتم وذلك من خلال التعامل مع الكرة بأطراف الأصابع (السلاميات الأولى)، وفي نوع آخر من التمرير مثل التمرير من أسفل باليدين معا، يتم التعامل مع الكرة بالثلث الأول من الساعد، ومرة نجد التمرير بيد واحدة، ومرة بيد واحدة مع الدحرجة أو الغطس ومرة في الوضع العالي، ومرة في الوضع المتوسط، ومرة في الوضع المنخفض وعليه فالفريق الذي يتميز بإتقان ودقة الأنواع المختلفة ومن الأوضاع من التمرير المختلفة ينال إعجاب العديد من الأشخاص أو الأفراد المرتبطين باللعبة، مع مدربين – وإداريين – ولاعبين – ومشاهدين – – وإعلام... إلخ.

لذلك يجب على جميع اللاعبين أن يتفهموا أن للتمرير أهمية خاصة من الناحية التكتيكية، حيث أن القدرة على التمرير في أشكاله المختلفة تحدد الجزء التالي ألا وهو الهجوم والدقة عامل هام في التمرير خاصة في الأنواع المختلفة مثل مهارة التمرير من أسفل باليدين معا والتمرير بعد استقبال الإرسال

أو التمرير بعد التغطية، أو تمرير الكرات الحرة (التي بدون اتجاه).. إلخ، لذلك يجب أن يكون لدى لاعب الكرة الطائرة دقة التوقيت مع الاتجاه، إلا أن هذا لا يمنع أن تقرن دقة التمرير بسرعة الحركة، ولكن ألا يكون ذلك على حساب الدقة، ملاعب الكرة الطائرة يجب أن يطور الدقة موازيا مع السرعة الحركية، كما يجب أن تتكيف سرعة التمرير مع سرعة الموقف اللعبي.

وهناك العديد من النقاط الهامة التي يجب مراعاتها عند تنفيذ التمرير ومنها:

- اللاعب الممرر يجب أن يعرف مسبقا لمن سوف يمرر الكرة بطريقة تسمح له بالتعامل معها في سهولة ويسر.
- إتقان اللاعب للأشكال والأنواع المختلفة من التمرير.
- تحديد نوع وشكل التمرير حسب الموقف اللعبي.
- إتقان اللاعب للأشكال والأنواع المختلفة لأقواس طيران وارتفاعات الكرة الممررة.
- تحديد أهمية العمل العضلي بين مفاصل الجسم المختلفة مبتدئا من مفاصل الطرف السفلي، فالذارعين، للعلاقة الوطيدة بين هذه المفاصل وقوس طيران وارتفاع الكرة.
- تحديد مسافة التمرير وهذا لا يتأتى إلا من خلال مجال الرؤية، فالرؤية المحيطة هامة جدا لتقدير مسافة التمرير، خاصة وأن مساحة الملعب (نصف ملعب) مساحة محدودة جدا.

التمرير من أسفل باليدين معا
Forearm pass

يعتبر التمرير أحد المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، والتي يجب أن يجيدها جميع اللاعبين بصفة خاصة والفريق ككل بصفة عامة، ولهذه المهارة من الأشكال والأنواع التي تختلف وتتناسب مع طبيعة الموقف، إلا أن التمرير من أسفل باليدين معا يعتبر أحد أنواع التمرير التي تؤدى من أسفل مستوى الكتف، فهي مهارة أساسية في لعبة الكرة الطائرة، يكثر استخدامها في العديد من المواقف، كما أنها مهارة تشير إلى كيفية التمرير باستخدام اليدين ***The under hand pass*** أو كيفية إستقبال أو صد مهارة الضربة القوية للكرة باستخدام كلا الذراعين في آن واحد ***The Bump for ball***، كما أنها في العادة هي المهارة الأولى التي يجب على جميع اللاعبين تنفيذها معظم فترات اللعب، فهي تستخدم عند استلام الإرسال ***Receive Serve***، وكذلك عند استقبال أو استلام الضربات ***Receive Spikes***، ولا يكتفي بذلك فقط بل يمتد أداء هذه المهارة ليشتمل لعب أي كرة في مستوى ارتفاع الوسط ***waist height***، أو منخفض عنه، بل الأمر يذهب إلى أبعد من ذلك ليشتمل أيضا الكرات داخل الشبكة (المرتدة عنها).

وتتميز مهارة التمرير من أسفل باليدين معاً ***Forearm pass*** بأنها من المهارات المتكررة والمكلفة في الأداء (ونقصد بلفظ التكلفة أنها تتطلب دقة عالية في الأداء بالإضافة إلى قوة للرجلين – مرونة – توافق جيد بين عمل الرجلين والذراعين والكرة والهدف واتجاهها – كذلك مدى حركي محسوس ومحسوب بالنسبة لمفاصل الطرف السفلي والطرف العلوي ويتناسب مع قوة الكرة، يتناسب مع مقدرة توجيهها).

ولذلك على جميع اللاعبين أن يمتلكوا أفضل إتقان عند أداء هذا النوع من التمرير والمعروف بـ ***Passing control***، والذي يختلف إتقانه عن

إتقان مهارة، التمرير من أعلى فـوق الرأس *Over Head Pass*، والـذي سـوف نناقشه في فترة لاحقة.

حيث هذا النوع الأخير يكون هو المفضـل أو المميز في توجيه الكرة بقوة وثقة ويطلق عليه *The Hard Driver to Ball*، وذلك عكس التمرير من أسفل باليدين معا، الذي نلاحظه في استقبال الإرسـال أو الضرب كما أوضحنا، فعلى اللاعب أن يستلم أو يستقبل باستخدام جزء من الذراع تحديد أجزاء من الساعد والسبب في ذلك أن اليدان ليسـت قوية بالقدر الكافي لاستقبال الكرة المضروبة بقوة تعكس استخدام الثلث الأول من الذراعين معا كما في هذه المهارة التمرير من أسفل باليدين معا، حيث زادت المساحة المستقبلة للكرة، وبالتالي تساعد على توجيهها، كما أن حجم المجموعة العضلية على الذراعين (منطقة الساعد)، كمسطح أكبر عنه في حالة أصابع اليدين.

إن التمرير من أسفل مـهارة يجـب ألا يستهان بـها عنـد بـدء تعلمـها للناشئين، والشيء الذي يجب أن يفهمه هـؤلاء انها مـن المـهارة السـهلة في المظهر، ولكن الصعوبة في التطبيـق أيضا عليهم أن يفهموا أنها الأكثر استعمالا لتوجيه الكرة، أن هدفها الأساسي بجانب ذلك هو العمل على امتصاص القوة الخاصة بالكرة المضروبة خاصة في حـالتي الإرسال أو الضرب، وتوجيهها بعيدا إلى الاتجاه الذي يستطيع فيه فريقك أن ينفذ من خلالها التمرير من أعلـى فـوق الرأس (بمعنى إلى المعد للإعداد)، أو أي لعبة تالية.

من الملاحظ عند بدء تعليم الكرة الطـائرة، نجد أن هناك دائما وأبدا سؤال يتبادر إلى أذهان الكثيرين منا، ألا وهو الخاص بترتيب أو نظام تعلم هذه المهارات، فبعض المتخصصين في مجال الكرة ينظر إلى أهمية ترتيب هـذه المهارات عند تعلمـها بأن يكـون هـو نفس ترتيب أدائها في المباريات أو اثنـاء اللعب، فنبدأ بتعليم الإرسال ثم التمرير من أسفل، فـالإعداد، فـالضرب الهجومـي فالصد، بينما البعض الآخر ينظر إلى هذا الترتيب من حيث السهولة والصعوبة

والتدرج فيما بينها، فيجب أن نتعلم التمرير أولا نظرا لحساسيته وطول وقته ثم نتدرج إلى الأنواع المختلفة فنبدأ بالإرسال، فالضرب، فالصد.... إلخ.

وعلى كل حال فإنني أشعر (المؤلف) بأن التمرير من أسفل باليدين معا *Forearm pass*... يمثل أحد المهارات الأكثر خطورة لكثرة نسبة استعمالها، لذلك يجب على جميع اللاعبين أن يبدؤوا في تعلمها أولا.

ويرى البعض أن مهارة التمرير من أسفل باليدين *forearm pass* هي المهارة التي يتأسس عليها باقي تنفيذ المهارات الأخرى بعد لعبة الإرسال فمن خلالها نستطيع أن نوجه ونطوع اللعب من هجوم إلى دفع، ليكون الشكل العام في لعب متتالي متناسق بديع، وانسيابية ذات نغمة خاصة.

إن تعليم مهارة التمرير من أسفل باليدين معا ليس سهلا، ومرجع ذلك أن هذه المهارة تعتبر من المهارات الوحيدة ***unique***، والأكثر ملاءمة في لعبة الكرة الطائرة إن معظم لاعبي الكرة الطائرة في بدء تعلمهم هذه المهارة التمرير من سفل باليدين معا يجيدونها صعبة، حيث أن عليهم استعمال أذرعتهم مفرودة ولاتجاه أسفل بمجرد أن تلمس الكرة نقطة على الذراع (الثلث الأول من الساعدين)، وقد تكون مؤلمة في أول بدء تعلمها، إلا أنه وبالتدريب نجد أن استعمال اليدين يبدوا فيما بعد أكثر راحة وطبيعيا للغاية ومهارة التمرير من أسفل باليدين معا من المهارات التي تستخدم في أكثر من موقف بجانب استحداثها كنوع من التمرير، إلا أننا نرى أنه من الضروري أن يتعلم اللاعبون كيفية استلام الإرسال العكسي ***Receive on opposing serve***، بفاعلية تامة وذلك من خلال الاستخدام الصحيح لأذرعهم عن طريق مهارة التمرير من أسفل باليدين معا، كذلك فإن افتقار اللاعبين لمثل هذه المهارة، من ناحية أخرى سوف لا يجعلهم يدركوا أو يتحصلوا على الإرسال الخاص بفريقهم.

لماذا التمرير من أسفل باليدين معا مهما؟

Why the forearm pass important?

كما هو الحال فإن استخدام مهارة التمرير من أسفل باليدين معا كمهارة أولى عند استقبال الكرة المرسلة من الفريق المنافس تعتبر من المهارات التي يجب أن تنفذ بكفاءة عالية ومؤثرة، فهي تعطي ثقة للاعب خاصة عندما ينجح في استقبال الإرسال أو استلام الضربات الهجومية، وتزيد هذه الثقة عندما ينجح في توجيه الكرة، هذا بالنسبة للاعب فما بالك بالفريق لو أجاد جميع أفراد إتقان هذه المهارة، فبالتأكيد سوف يصبح فريقا ناجحا، خاصة بعدما أو بمجرد التحول أو التغير السريع في حالة الدفاع إلى الهجوم فتكون مهارة التمرير من أسفل باليدين معا ***Forearm pass*** هي الأساس، واستعمالها أمرا ضروريا، لذلك يطلق عليها البعض المفتاح الثاني لنجاح الفريق.

كيف تنفذ مهارة التمرير من أسفل باليدين معا؟

How to Execute the forearm pass?

لتنفيذ مهارة التمرير من اسفل باليدين ما بأن هناك عوامل عديدة تؤثر في أداء هذه المهارة، إلا أننا نرى أن العامل الأساسي لتنفيذ الجيد بالنسبة لهذه المهارة يتمثل في الأربع النقاط التالية:

أ- إدراك أو استلام الكرة وتمريرها إلى مركز المعد الذي في حالة الإعداد أو تمريرها إلى زميل في حالة التمرير.

ب- القيام بحركة اللمس.

ج- متابعة الكرة المنتهية إلى الهدف.

وعندما يؤدي اللاعب مهارة من أسفل باليدين معا، يجب أن تكون اليدين متشابكتان مع بعضهما البعض (ولا يقصد بالتشابك هو تشابك الأصابع أو وضع ساعد فوق آخر ولكن يقصد بذلك تقارب منطقتي الساعدان نزولا بتقارب اليدين)، انظر (الرسم) مع ملاحظة أن يكون الإبهامان متوازيين، والمرفقين

يدوران للداخل لدرجة كبيرة، وتكـون الناحية الناعمة *Flat Partion's* وهي الجزء المسطح التي تواجه السقف (سقف الصالة)، إن هـذا الجـزء المسـطح يشكل بواسطة دوران المرفقان للداخل مع تقارب الساعدان ويكون ذلك قدر المستطاع، مع ملاحظة ان تكون ذراعـي اللاعب موازيتان لفخذيه، ومتدليتان لأسفل ومتباعدتين عن الجسم، إن الأهـم من ذلك أن تحاول أن تواجد بهذا الوضع بجوار الكرة، وعند اللمس (لمس الكرة) يجب أن تبـدأ الحركـة مـن الرجلين وذلك في عمل متصل متتالي في مرجحة خفيفة من الذراعين بحيث لا يتعدا ارتفاعهما مستوى الصدر انظر الشكل (١).

إن مهارة التمرير من أسفل باليدين معا تكون من المهارات السـهلة نسبيا، عندما تتحرك اتجاه الكرة أولا، وعندمـا تصل إلى مكان الكرة فإنه يتبقى عليك، أن تسرع باتخاذ الوضع السليم لمحاولة القيام بأداء هذه المهارة، بينما الصعوبة في هذه المهارة تتمثل في عدم إمكانيـة تنفيذها في أي مهارة رياضية أخرى، تؤدى فيها الذراعين بهذا الشكل عند التعامل مع الكرة، كما يجب عدم الميل أو الانعطاف وذلك عندما تضرب الكرة باليدين، ويجب معالجة مثل هذا الخطأ أولا بأول حتى لا تكتسب مثل هذه العادة.

التمرير من أسفل باليدين معا مفتاح النجاح

Forearm Pass Keys to Success

المراحل الفنية الثلاث للتمرير من أسفل باليدين (الساعدين)

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre Contract*

شكل الاستعداد *Pre Parathion Phase*

عند اتخاذ وضع أو شكل الاستعداد يجب ملاحظة النقاط التالية:

١- يجب أن تكون اليدان متقاربتين (ملتصقان) *(Joined)*.

٢- وضع خطوة التي يتخذها اللاعب (خطوة متباعدة).

٣- القدمان متباعدتان باتساع أو بعرض الكتفين.

٤- الركبتان مثنيتان.

٥- الدراعان متوازيتان للفخذ.

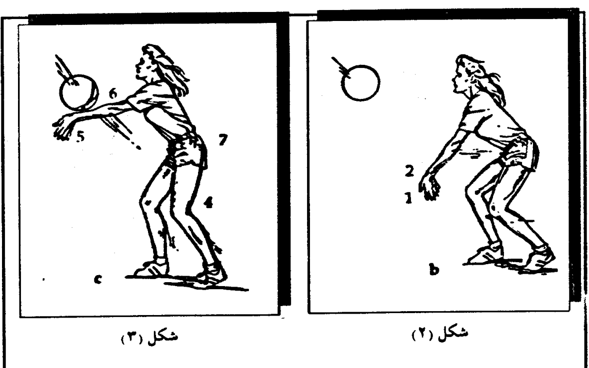
٦- الظهر مستقيم.

٧- العينان على الكرة.

شكل (١)

المرحلة الأساسية (اللمس) *The Contract*

شكل الاستعداد *Execution Phase*



شكل (٣)　　　　شكل (٢)

عند تنفيذ الوضع يجب مراعاة الاشتراطات التالية:

١- الإبهامان متوازيتان.

٢- ميل اليدان (الذراعين) معا لأسفل.

٣- عادة ما يكون استلام أو استقبال الكرة على الجانب الأيسر من الخصم.

٤- امتداد خفيف بالنسبة للرجلين عند تنفيذ الحركة.

٥- للأمام ولأعلى تكون حركة ***Poking***.

٦- الجزء المسطح للذراع (الثلث الأول من منطقة الساعد) تميل اتجاه الهدف.

٧- المقعدة تحت للأمام.

٨- راقب لمس الكرة للذراعين (الثلث الأول من الساعد).

- لاحظ الأرقام الموجودة على شكل (٢)، (٣).

المرحلة الختامية (بعد اللمس) *After Contract*

شكل المتابعة *Follow Through Phase*

بعد الانتهاء من تنفيذ الوضع والوصول إلى نهاية الحركة يجب أن تتم النقاط التالية بعد المتابعة:

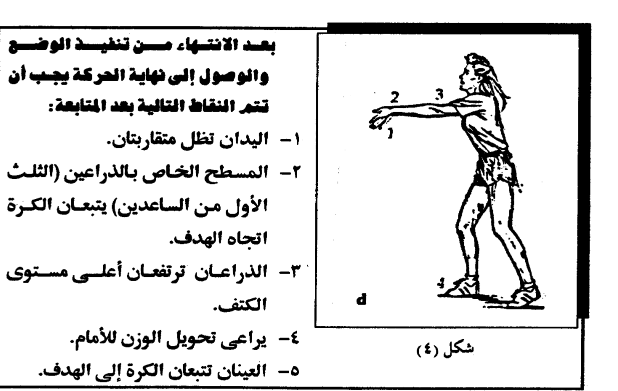
١- اليدان تظل متقاربتان.

٢- المسطح الخاص بالذراعين (الثلث الأول من الساعدين) يتبعان الكرة اتجاه الهدف.

٣- الذراعان ترتفعان أعلى مستوى الكتف.

٤- يراعى تحويل الوزن للأمام.

٥- العينان تتبعان الكرة إلى الهدف.



شكل (٤)

استكشاف الخطأ الخاص بالتمرير من أسفل باليدين معا وتصحيحه:

Error Detection and Correction for the forearm pass:

تعتبر مهارة التمرير من أسفل باليدين معا في الكرة الطائرة أحد أشكال التمرير ولكن من تحت مستوى الكتف، وهي من المهارات الأساسية التي يجب أن يهتم بها كل من المدرس والمدرب نظرا لأهميتها البالغة بالنسبة لجميع اللاعبين خاصة لحظة استقبال الإرسال ثم تمرير الكرة إلى المعد لتنفيذ مهام الإعداد، ويعتبرها البعض من المهارات الافتتاحية للهجوم أسوة بمهارة الإرسال، وعليه يجب أن يهتم بها خاصة في السن الصغير (المبتدئين والناشئين) وتعليمها بطريقة صحيحة، ومحاولة إصلاح الأخطاء التي تظهر فيها أولا بأول، فهي أساس للعديد من المهارات (الإعداد – الهجوم).

إن قيام المدرس أو المدرب بتحليل مهارة التمرير من أسفل باليدين معا *The forearm pass* الخاصة بلاعبيهم أمر هام جدا، فتحليلها يوفر العديد من مشاكل الأخطاء.

وعلى العموم يجب على كل من اللاعب والمدرب أن يحاول أن يضع هذه الأسئلة موضع الاعتبار، محاولا الإجابة عليها، فمثلا عليه أن يسأل نفسه:

أ- ما هي حركة الذراع الخاصة باللاعب؟

ب- أين يجب أن تكون نقطة لمس الكرة؟

ج- هل اللاعب متخذا الوضع الصحيح؟ بلمسة للكرة وذلك عندما يحاول أن يلعبها؟

د- كيف يستطيع اللاعب أن يمد قوته لتصل إلى الكرة؟

هـ- هل ينتظر اللاعب الكرة؟

و- هل ينظر اللاعب إلى الكرة أثناء لعبها؟

ز- هل يلعب الكرة من الوضع المنخفض؟

يعتبر استكشاف أخطاء الأداء من الأمور الهامة بالنسبة لكلا من المدرب واللاعب، إذا يجب على كلاهما أن يعمل جاهدا على استكشاف هذه الأخطاء والعمل على حلها مستخدما في ذلك الأساليب المختلفة من شرح، وتلقين، والاستعانة بصورة وعمل نموذج أو الاستعانة بالصور والشرائط.. إلخ، إذ أن عدم استكشاف هذا الخطأ يترتب عليه تراكم الأخطاء وبالتالي تهتز صورة المهارة وتجئ ضعيفة التنفيذ، ولو استطاع اللاعب أو المدرب أن يتعلم كيفية التعرف على المحتويات الخاصة بالتنفيذ الصحيح والخاص بمهارة التمرير من اسفل باليدين معا، والتي سوف نسردها هنا، فإن ذلك يصبح من السهل على كلاهما أن يحلل محاولاته (اللاعب عند التنفيذ والمدرب عند التعليم) لكي يستطيع كلاهما أن يؤدي بطريقة صحيحة فيما بعد، مع ملاحظة أن هذا التحليل يمتد

إلى المرحلة الخاصة بمتابعة. ولقد حاولت هنا ان أسرد تلك الأخطاء الأكثر شيوعا عند أداء مهارة التمرير من أسفل باليدين معا، وأشير إليها في القائمة التالية، مع توضيح بعض المقترحات الخاصة بكيفية تصحيحها (حيث أنها من الأمور الهامة التي يجب عليك الإشارة إليها إلى (المدرب) عند تعليمه هذه المهارة، ويهدف أيضا مساعدة كل من المدرب واللاعب في الإجابة على مجموعة الأسئلة السابقة وذلك من خلال استنباط أو استكشاف مجموعة من الأخطاء التي تحدث في العادة عند المبتدئين والناشئين وكذلك الأخطاء المحتمل حدوثها ووضعها في الجدول التالي:

جدول

استكشاف الأخطاء الخاصة بالتمرير من أسفل

باليدين معا وتصحيحها

Error Detection and Correction for the forearm pass

***Error* الخطأ**	***Correction* التصحيح**
• حركة الذراعان أثناء المتابعة ***Follow through***، تكونان أعلى مستوى الكتف.	هنا يكون تنويه وتنبيه كل من المدري أو المدرب للاعبين بضرورة السماح للكرة بأن تسقط إلى الوضع المنخفض (الذي يتخذه اللاعب قبل التعامل معها، وفي هذه اللحظة تكون الذراعان في زاوية مع الجسم، وهذه سويجعل قوس طيران الكرة دائما وأبدا اتجاه الأمام وإلى الهدف.
• يكون لمس الكرة قرب المرفقين وقريبا جدا من الجسم.	• يحتاج اللاعب في العادة إلى أن يلعب الكرة للخارج وللأمام ناحية مركز (٢) وجهة يسار جسم المعد

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
(شكل (٥))	قليلا، وهذا لكي يحصل على حركة الكرة من اليسار إلى اليمين والتي تستخدم في تمرير الكرة إلى المعد، وعليه يجب أن يكون التعامل مع الكرة في نقطة لمس قرب الرسغين (الثلث الأول من الساعد) وليس قرب المرفقين أو قرب مفصل المرفق.
• اللاعب (يدخل) أو يكون في الوضع المنخفض مبالغا فيه (الانخفاض) كذلك المبالغة في تباعد القدمان.	• القدمان يجب ألا تكونا أكثر مس اتساع عرض الكتفين، أيضا يجب أن يكون انثناء الركبتين ووضع الذراعين في نظام تجعل قوس طيران الكرة عاليا وسهلا إلى منطقة الهدف.
• بلوغ القوة للكرة يكون بمرجحة الذراعان.	• يمثل هذا الخط خطأ فاحشا، إذ يعتمد اللاعب في توجيه الكرة على مرجحة الذراع، والصحيح أن تكون القوة الخاصة بالتمرير قادمة مس الرجلين والتوجيه بالذراعين
١- الذراعان تكونا مرتفعتان أكثر من اللازم، وذلك عند ملامسة الكرة، وكذا عند متابعة الكرة حيث	١- دع الكرة تسقط حتى مستوى حزام الوسط ودلك قبل ملامستها حاول أن توقف الذراعين أثناء اللمس. وبقيامك بحركة

التصحيح Correction	الخطأ Error
على الكرة. ***Pocking action***	تكون أعلى من مستوى الكتفين. شكل (٦)
٢- يراعى ثني الركبتين، مع المحافظة على استقامة الظهر، بمجرد ما تتحرك تحت الكرة، من الممكن في الأول أو في بدء التعليم أن تلمس الأرض بيديك حتى تظل في الوضع المنخفض الناتج عن ثني الركبتين وليس ثني منطقة الجذع.	٢- تحصل على وضع منخفض أو تميل إلى الأمام بجسمك أكثر من اللازم، وذلك نتيجة ثني الجذع (الوسط أو الحوض) بدلا من ثني ركبتك، هذا يترتب عليه تمرير الكرة عادة يكون منخفضا أكثر من اللازم، وتكون الكرة أيضا سريعة جدا.

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
شكل (٧)	
٣- إن اللاعب لا يقوم بنقل أو تحويل وزنه إلى الهدف الذي تنوي تمرير الكرة إليه، ونتيجة ذلك أن الكرة لا تنتقل إلى شكل (٨)	٣- مراجعة، على اللاعب أن يكون وزنه لأعلى على قدميه الأمامية، وهذا سوف يجعل جسمك يميل (منحنى) للأمام ***Inclined Forward***

Correction التصحيح	Error الخطأ
٤- احفظ اليدان متصلتان (متقاربتان) مع لف الساعدين والذراعين للخارج. بمعنى آخر لف ذراع واحدة مع الأخرى مع تواجد الإبهامان متوازيان.	٤- اليدان متباعدتان أو منفصلتان مثل أو أثناء أو بعد لمس الكرة تماما، والنتيجة هي تمريرة خاطئة. شكل (٩)
٥- حافظ على وضع الذراعين متوازيتين مع فخذيك والمس الكرة بعيدا عن الجذاع *a way from your Torso.*	٥- الكرة تلامس الذراعين أعلى أو فوق المرفقين (على مفصل الكوعين)، أو لمس الكرة الجذع.

التصحيح *Correction*	الخطأ *Error*
• امتداد الركبتين وفي حركة اتجاه للأمام ولأعلى بالنسبة للجسم، كما يجب أن يتحول وزن الجسم على القدم الأمامية. • مسطح الذراعان (مصطبة ***plat form*** الثلث الأول من الساعد مسطحا أفقيا مصطبة (مسطح) للذراعين للمساهمة في توجيه الكرة ناحية الهدف.	* اتجاه الكرة ليس للهدف.



الفصل الخامس عشر
الإرسال *Serve*

- الإرسال من أعلى الفلوتر
- *The Over head floater Serve*
- كيف ينفذ الإرسال من أعلى (الفلوتر)
- *How to Execute the Over head floater Serve*
- قائمة مفاتيح النجاح فى الإرسال من أعلى الفلوتر
- *Over head floater Serve key's to success checklist*
- الإرسال مع الوثب
-
- الأسرار الست الخاصة بالإرسال مع الوثب
-
- أفضل المناطق للإرسال مع الوثب فى الكرة الطائرة الشاطئية
-




1
J&B
J&B



الإرسال *Serve*

تعتبر مهارة الإرسال أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي. ولقد اختلفت الآراء حول تلك المهارة فالبعض أطلق عليها أنها مفتاح النجاح للفريق، والبعض الآخر أطلق عليها المهارات ذات الطابع الهجومي الأولي أو الثانوي.

ومن وجهة نظر المؤلف تعتبر الأفضلية أو الأسبقية الأولى والخاصة بالإرسال متمثلة في الإصرار على إرسال الكرة داخل حدود ملعب الخصم محاولا تحقيق نقطة وذلك قدر المستطاع، وهذا لا يتأتى إلا من خلال إرسال تلك الكرة بصورة قوية نوعا لا يستطيع الخصم استقبالها وإن تم ذلك (استقبال الإرسال)، فغالبا ما يوضح هذا الإرسال القوي نوعية ونمط الفريق المستقبل في تعامله مع الأنواع المختلفة للإرسال.

في حين تتعلق الأسبقية الثانية في المرسل *(Server)* (لاعب الإرسال)، وكيفية تحديده وتدقيقه للمكان أو المركز الذي يود إرسال الكرة إليه في ملعب الخصم، إن مجرد استيعاب اللاعبين لهذه الأفضليان أو الأسبقيات الأولى والثانية الخاصة بالإرسال يكون هؤلاء اللاعبين قد تسيدوا هذه المهارة، هذا بالإضافة إلى الخاصية التي تتعلق بفكر المرسل، والمتعلق في كيفية إرسال الكرة بقوة أكثر، أو إضافة وضع أو حركة أكثر أثناء التعامل مع الكرة مثل حركة المرجحة للذراع الضاربة مثلا.

وكثيرا ما يخطأ اللاعبين المرسلين المبتدئين *The being Server's* في تفسير هذه الأفضليات الأسبقيات، حيث يعتقدون أن القوة هي الأسبقية الأولى أثناء تعاملهم مع الكرة عند أداء الإرسال، وهم لا يدرون أنهم بذلك يضحون بعامل الدقة الخاصة بموضوع سقوط الكرة في ملعب الخصم.

عاملين أساسيين يجب أن يكونا في الاعتبار عند أداء الإرسال خاصة مع فرق المبتدئين وهما الدقة، والملاءمة، فالعامل الأول يتمثل في كيفية سقوط الكرة في الموضع أو المكان المحدد وذلك في دقة تامة، أما الملاءمة فتعني كيفية إخراج القدر الملائم من القوة أثناء التعامل مع الكرة عند إرسالها. وفي الحقيقة هما عاملان مترابطين ببعضهم البعض.

ويعتقد بعض المتخصصين في مجال تدريب وتدريس الكرة الطائرة أن قمة الأفضلية التي تتمثل في السند الأساسي للإرسال لكي يكون دائريا وهي قمة الأفضليات، ونحن نعني بذلك أن جميع اللاعبين أثناء دورانهم يجب أن يكون على مستوى واحد في أداء الإرسال، فمن المعروف في مجال الكرة الطائرة أنه ليس هناك أحد ما قد سجل نقاط بدون الإرسال، بمعنى آخر أن النقاط التي يحققها الفريق يكون الإرسال فيها هو قائم مشترك مع مهارات الضرب والصد... إلخ.

وعليه فإن مهارتك التالية التي يجب أن تتمكن منها وتتسيد فيها هي الإرسال ***The Serving***، والإرسال له من الأشكال العديدة والأنواع الكثيرة في الكرة الطائرة، وكل نوع من هذه الأنواع كذلك كل شكل من هذه الأشكال ما نراه متقدم ***advantages*** والآخر غير متقدم ***Disadvantages***.

وبقي أن نعرف أن أفضل الأوقات هي تلك التي يكون فيها فريقك هو المرسل، ولذلك فإنه من الأهمية أن يكون إرسال فريقك مناسب وملائم لطبيعة الموقف، إرسال الكرة فوق الشبكة إلى داخل ملعب الخصم خلال ثوان قليلة هي فترة طيران الكرة وعبورها، تمثل ٩٠٪ من الوقت.

إن مهارة الإرسال، هي المهارة الوحيدة في الكرة الطائرة التي يجب أن يكون لديك عند تنفيذها ما يسمى الانضباط (الإتقان) الكلي ***Total Control*** خلال فترة تنفيذها.

وعند وقوفك على خط الإرسال (الذي كان يطلق عليه الحد النهائي للملعب، قبل إلغاء الإرسال)، فإنك بذلك تعتبر مسئول مسئولية منفردة عن النتيجة.

كيف ينفذ الإرسال من أعلى (الفلوتر)؟

Hoe to Execute the over head floater serve?

- تمثل حركة القذف (قذف الكرة) العامل الأساسي الهام في تنفيذ هذا النوع من الإرسال ألا وهو الإرسال الفوتر ***The Floaters***، إذ أن هذه الحركة سوف ترجح نجاح الأداء المهاري لهذا الإرسال من عدمه، إذ يجب أن يكون القذف أمام كتف الضارب وفي الارتفاع الذي يسمح للاعب بتوقيت كاف لكي تمرجح الذراع، ويبقى لمس الكرة حيث يكون في أقصى امتداد للذراع الضاربة.
- هذا بالإضافة إلى أن حركة قذف الكرة يجب أن يكون فيها لف قليل لأعلى ***Spin***، ومن الممكن ألا يوجد الـ ***Spin***، ويكون الوقوف في وضع الاستقامة، الخط الوهمي الخارج من الكتفين اتجاه الشبكة يمثل أو يكون على هيئة مربع، أما بالنسبة للرجل الحرة وعكس اليد الضاربة تكون للأمام، مع ملاحظة أن يكون الثقل موزع على القدمين بالتساوي.
- وفي خلال حركة قذف الكرة، عليك برفع الذراع الضاربة، ووضعها خلفه بحيث يكون المرفق عاليا واليد (الذراع) قريبة من الأذن، مع ملاحظة أنه وبمجرد القيام بحركة المرجحة (مرجحة الذراع الضاربة) للأمام واتجاه الحركة، يجب أن تكون العينان على الكرة.
- وعند لمس الكرة يجب أن يكون ذلك باليد مفتوحة وبخفة أسفل منتصف الكرة حيث تكون هذه الحركة حركة شبيهة في حركة ***Pocking action***، وذلك بدون متابعة (أي توقف حركة الذراع).

- أيضا عليك أن تلاحظ أنـه وبمجرد مرجحـة الذراع نحـو الكرة، يجب أن تقوم بتحويل وزن الجسم إلى القدم الأمامية.
- وفي النهاية عليك أن تكمل التحرك للأمـام، مـع التظـاهر باتخـاذ مركـز الدفاع.
- وأخيرا فإن مفتاح النجاح لهذا النوع مـن الإرسـال الفلوتـر *Floater Serve* يكون متمثلا في مجموعة مـن العنـاصر الدخيلة على الحركة يجب على اللاعب أو المدرب أن يعمل على منعها أو عدم ارتكابها فمثلا يجب ألا تكون هناك خطوات خارجة أو زيادة غير مطلوبة عند أداء الحركة وهـو ما يطلق عليها *Extra Steps* كذلك لا داعي للقيام بحركة الضرب أو حتى المتابعة كما في حركة التنس.

الإرسال من أعلى الفلوتر مفتاح النجاح

over head floater serve Key to success?

إن مجموعة النقاط التي سوف نشير إليها، يجب أن تكون موضع اهتمام كل من المـدرس والمدرب وحتى اللاعب على حد سـواء، وذلك عند تنفيذ لمـهارة الإرسـال (الفلوتـر) في مراحلـها الثـلاث (وضـع الاسـتعداد – التنفيـذ – المتابعة)، لذلك يجب على كل من المدرب والمدرس أن يركز علـى هـذه النقاط من خلال ارتباطها بالشكل الموضح أمامه في كل مرحلة من المراحل السابقة:

المراحل الفنية الثلاث للإرسال من أعلى الفلوتر

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Precontact*

بالنسبة لشكل الاستعداد

Preparation phase

يجب على المدرب أو المدرس مراعاة النقاط التالية:

١- الوضع المستقيم.

٢- وضع الكتفان بالنسبة للشبكة.

٣- العينان على الكرة.

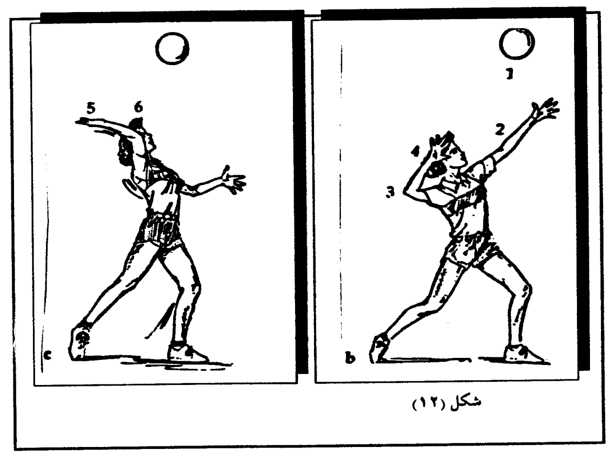
٤- فتح اليد الضاربة.

شكل (١١)

- لاحظ الأرقام الموجودة على الشكل.

المرحلة الأساسية (اللمس)

The Contact



شكل (١٢)

- لاحظ الأرقام الموجودة على الشكل.

بالنسبة لشكل التنفيذ *Execution Phase*

يجب على المدرب مراعاة مجموعة النقاط التالية:

١- قذف الكرة أمام الكتف الضاربة.

٢- قذف الكرة قريبة من الجسم.

٣- مرجحة الذراع الضاربة خلفاً، مع ملاحظة أن يكون المرفق لأعلى.

٤- اليد بجوار الأذن.

٥- لمس الكرة بمؤخرة اليد والكتف مفتوحة.

٦- لمس الكرة بعد الامتداد الكامل لمفاصل الجسم.

٧- حركة الضرب شبهة *Pocking action*.

المرحلة الختامية (النهائية) بعد اللمس *After Contact*

بالنسبة للخطوة الخاصة لشكل المتابعة *Follow Through*



وفي هذه النقطة يجب على المدرب أو المدرس مراعاة الاشتراطات التالية:

١- الوزن على القدم الأمامية.

٢- متابعة الذراع.

٣- التحرك لداخل الملعب.

شكل (١٣)

- لاحظ الأرقام الموجودة على الشكل.

استكشاف أخطاء الإرسال من أعلى (الفلوتر)

Detecting over head floater serve Error's?

في الحقيقة أن معظم الأخطاء التي تحدث عند أداء هذا النوع من الإرسال (الفلوتر) يكون سببها في العادة القذف (الرمي) السيء للكرة، لذلك فإننا نرى أن تكون طريقة قذف الكرة (اتجاه الكتف الضاربة) وكذلك مكان القذف (أعلى نقطة للامتداد الكامل للذراع الضاربة)، يجب أن يتم بطريقة حسنة، إذ أن ذلك درس جيد لنجاح مثل هذا النوع من الإرسال.

عموما في كثير من الأحيان يستطيع اللاعب أن يكون إرساله مؤثرا خاصة إذا ما حاول أن يتدرب على إتقان حركة رمي أو قذف الكرة سواء بنفسه أو بمساعدة المدرب حتى يصبح أداؤه ملائما، والدليل حينئذ يظهر في السيطرة على الكرة واتجاهها وفي حالة محاولة تغيير اتجاه الكرة، هنا يجب عليه تغيير زاوية جسمه، وهذه هي الحالة الوحيدة المسموح بها، مع ملاحظة وتأكيد آخر أن يكون هناك توافق من حركة رمي (قذف الكرة)، كذا مرجحة الذراع الضاربة، وأخيرا تغيير زاوية الجسم.

وسوف نشير هنا في الجدول التالي إلى أنواع الأخطاء الممكن حدوثها عند تأدية هذا النوع من الإرسال، مؤيدين ذلك بمجموعة من الأشكال التي توضح هذا الخطأ وأمامه طريقة التصحيح، حتى يستطيع كل من المدرب أو المدرس أو حتى اللاعب التعرف على نوع الخطأ المحتمل ارتكابه أو يكون ارتكبه فعلا وبالتالي يسهل عليك معالجته.

الأخطاء والتصحيح في الإرسال من أعلى الفلوتر

Errors and corrections at over head floater serve

Error **الخطأ**	*Correction* **التصحيح**
١- الكرة تذهب داخل الشبكة.	١- لعلاج ذلك كن متأكدا أن حركة (رمي) أو قذف الكرة قريبة من كتف الذراع الضاربة.
٢- الإرسال يذهب بعيدا (ناحية اليمين أكثر) مع ملاحظة المدرب أو المدرس أو حتى اللاعب (إن هذه الحقيقة بالنسبة لكل من اللاعبين اليمناء (الذين يستخدمون يديهم اليمنى) أو العسراء الذين يستخدمون أيديهم اليسرى - الأعسر).	٢- هنا يجب أن تكون حركة رمي أو قذف الكرة أمام الجسم (دون المبالغة) وليس إلى الجانب الأيمن من الجسم.

Correction التصحيح	*Error* الخطأ
	شكل (١٤)
٣- يجب عليك (اللاعب) أن تستعمل قوة دفع جسمك الداخلية عندما تقوم بالإرسال، مع ملاحظة لمس الكرة بمؤخرة اليد وليست الأصابع فقط، أيضا ملاحظة أن نقطة التقاء الكتف بالكرة في منتصفها السفلي.	٣- الإرسال يفتقر إلى القوة، لكي يصل إلى الشبكة.
٤- اجعل اللمس أسفل منتصف الكرة تماما، مع التأكيد أن يكون شكل هذا اللمس أمام جسمك.	٤- الكرة تذهب عادة فوق خط النهاية (خط الإرسال الآن) لملعب الخصم.

Correction التصحيح	Error الخطأ
	شكل (١٥)
٥- راجع دقة القذف، بمعنى آخر أن يكون قذف الكرة قريبا جدا من جسمك، أمام كتفك الضاربة.	٥- من الواجب عليك أن تأخذ خطوات لكي تحصل على قذف جيد، ولكن يلاحظ أن هذه الخطوات لا تتفق وحركة رمي أو قذف الكرة، حيث يكون (القذف) بعيدا جدا عن جسمك.

الخطأ Error	التصحيح Correction
شكل (١٦)	

قائمة مفاتيح النجاح في الإرسال من أعلى الفلوتر

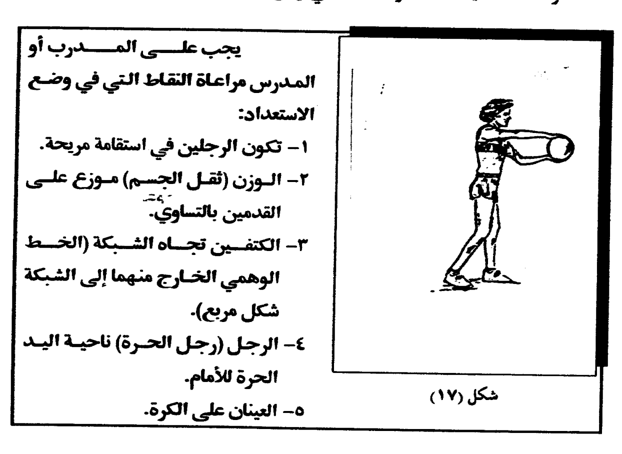
over head floater serve Key's to success checklist

من السابق ذكره والذي سوف نوضحه هنا أن حركة رمي (قذف) المرة تجاه الكتف الضاربة تلعب دورا أساسيا في حركة توجيه الإرسال، وبالتال تؤثر على دقة الإرسال وفي هذه القائمة التي سوف تورد هنا، عند مراجعتنا لمهارة الإرسال من أعلى المعروف بالفلوتر *The Floater Serve*، إن أفضل وضع يكن بناءه أو تكوينه قبل بدء الإرسال، هو الوضع الذي يسمح لك يرمى الكرة لأعلى واتجاه الكتف الضاربة وجانبك مباشرة.

حيث من هذا الوضع سوف يصبح من السهل تقييم حركة (القذف) أو الرمي بكفاءة خاصة إذا ما استطعنا أو طبقنا قائمة المراجعة التي سوف تأتي لاحقا، إذ أنه من الشائع دائما ما تكون حركة رمي (قذف) الكرة تجاه الخارج

بعيدا عن الكتف الضاربة أو بمعنى آخر، إما أمام الجسم أو ناحية الكتف الحرة، وهذا الخطأ في الحقيقة لا يمكن ملاحظته من خلال أي شخص يقف بجانب الشخص المرسل، ولكن يلاحظ ذلك إذ كان هذا الشخص يقف أمام المرسل، بعيدا عنه في اتجاه إرسال الكرة، هنا نلاحظ - كرة القذف - حركة الذراع الضاربة - حركة واتجاه الكرة، ارتفاع الكرة ... إلخ من مجموعة الأخطاء التي يمكن ملاحظتها.

وفي هذه القائمة سوف نشير إلى أهم النقاط التي يجب على كل من المدرب أو المدرس أو حتى اللاعب أن يراعيها، وذلك من خلال النقاط أو الخطوات الأساسية الثلاثة، والمتمثلة في وضع الاستعداد، التنفيذ، المتابعة.

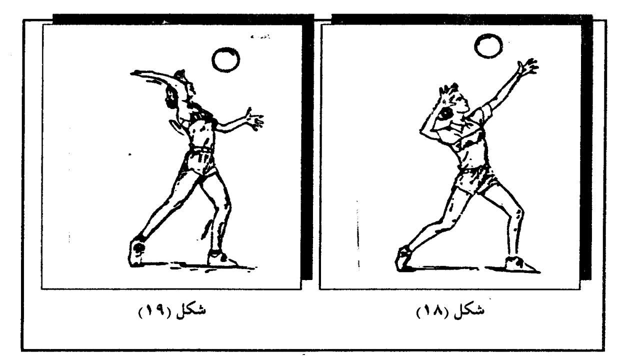


شكل (١٧)

يجب على المدرب أو المدرس مراعاة النقاط التي في وضع الاستعداد:

١- تكون الرجلين في استقامة مريحة.
٢- الوزن (ثقل الجسم) موزع على القدمين بالتساوي.
٣- الكتفين تجاه الشبكة (الخط الوهمي الخارج منهما إلى الشبكة شكل مربع).
٤- الرجل (رجل الحرة) ناحية اليد الحرة للأمام.
٥- العينان على الكرة.

شكل التنفيذ *Execution Phase*



شكل (١٨) شكل (١٩)

ويلاحظ في هذه الخطوة ضرورة مراعاة مجموعة الاشتراطات التالية:

- يكون قذف (رمي) الكرة ناحية الكتف الضاربة بدون دوران الكرة لأعلى *With out top spin*.
- تمرجح الذراع الضاربة خلفا مع وجود المرفق عاليا.
- لمس الكرة يكون مؤخرة اليد مفتوحة بعد امتداد كامل لها.
- العينان على الكرة حتى تحدث اللمس.
- يحول أو ينقل وزن الجسم على القدم الأمامية.

شكل المتابعة Follow Through Phase

وفي هذه الخطوة يراعى الاشتراطات التالية عقب أداء المهارة:

- الوزن على القدم الأمامية. لا يكون هناك متابعة للذراع الضاربة (تقف حركة الذراع عقب لمس الكرة).
- المرسل يتحرك سريعا لدخول الملعب.

شكل (٢٠)

الإرسال مع الوثب
Jump Serve

ابدأ بالوثب *Jump Start*

الأسرار الست الخاصة بالإرسال القاتل مع الوثب
The six secrets to a killer jump serve

بقلم / براين لويس *By: Brain Lewis*

في بادئ الأمر، يجب أن نعرف أن الإرسال مع الوثب العظيم (القوي)، يمثل أمرا أكثر متعة.*A great jump serve is more than a luxury*، كما يقول البعض عنه أيضا، أنه سلاح ضروري خاصة في منافسات القمة *also some of them: say, it's a necessary weapon – especially against top competition.*

في هذا النوع من الإرسال، يجب عليك أن تعطي فريقك الفرصة لأن يسجل، مقتنعا أن الإرسال مع الوثب *jump serve*، هو الطريقة المثلى أو الطريق العظيم لذلك *a great way*، ويجب ألا نغفل ذلك، حتى لو لم تقم بأداء إرسال (الآس القاتل) *Even of you didn't serve an ace*، فإنك من الممكن أن يسبب المتاعب لفريق الخصم.

وفي هذا الصدد يجب أن تسأل هنا، هل الإرسال مع الوثب مناسب لأي منا (اللاعب)، ويستطيع أن يقوم به *Jump serving isn't for every one.*

وفي هذا المقال، وعني عزيزي القارئ أقول لك على الكيفية تجعلك تصعد لأعلى مستقيما (أثناء الإرسال) *to you straight up* إن هذا النوع من

الإرسال، ألا وهو الإرسال مع الوثب ***jump serve***، ليس إرسال خاص بالوقت (يؤدى في وقت معين) ***This is not a serve for timed***.

أنه يجب عليك أن تجعله (هذا الإرسال مع الوثب) مفعم بالحيوية (بالقوة) ، حيث عليك أن تقذف الكرة عاليا لأقصى ارتفاع وأخذ الكرة وتضرب الكرة وجعلها تتجه إلى الجانب السيء، وضربها يكون بأقصى قوة، تستطيعها وبدون خوف

you're got to have the gusts to throw the ball up on the bad side, and hit at as hard as you can with out fear.

وهنا لو أنك (كلاعب مرسل) استطعت أن تسحب وضع الجسم (توقف عمل الجسم) ***pull off that attitude***، إذ يجب عليك، أن نحصل على القدر المناسب، لأن تكون لاعب إرسال مع الوثب عظيم ***you're got what it takes tobe a great jump servers.***

إذا لم يكن في مقدورك أن تقوم بذلك، فإن هذه الأداء الخاص بالإرسال مع الوثب، ليس مناسباً لك).

وعلى العموم، تحديدا في هذا الشأن، فلتسمح لي عزيزي القارئ أن أشارك الأسرار الست، والتي تساعد في التفكير الخاص بالإرسال مع الوثب على الشاطئ.

Let me to share six secrets that will help give you the toughest jump serve on the beach.

الأسرار الست الخاصة بالإرسال القاتل مع الوثب
The six secrets to a killer jump serve

- **السر الأول: الإعداد لنفسك**

- *The first secret: set your self*

❖ اقذف الكرة لنفسك (أثناء الإرسال) بطريقة متساوية كما في الإعداد بمعنى أن يكون الرمي أو القذف بصورة متساوية للإعداد لنفسك.

❖ *Your toss equals your set.*

❖ حتى يكون قذف الكرة لنفسك مشابها تماما كما لو كنت تفعله في الإعداد.

❖ *So toss the ball just like you'd like it to be set.*

❖ لو كنت تود أن يكون الإعداد عاليا، يجب أن يكون قذف (الكرة) عاليا في الإرسال والوثب.

❖ *If you like a high set, the toss it high.*

❖ لو كان الإعداد المنخفض بالنسبة لك هو الأفضل، هنا عليك أن يكون قذف الكرة كذلك منخفضا *.If low's better, then go low*

وفي الحقيقة ليس هناك أنماط (أنواع) مفردة *single type of toss* خاصة بقذف الكرة لحظة الإرسال مع الوثب، وهذا أمر صحيح بالنسبة لكل واحد، تماما كما هو الحال في الإعداد، حيث لا يوجد إعداد واحد صحيح يصلح لجميع الضاربين.

There's no one set that works for all hitter's.

فأنت عزيزي اللاعب الضارب... ضارب الإرسال مع الوثب *jump serve* تحتاج إلى أن تعد الكرة (أو تمم الإعداد بطريقة) جيدة لنفسك، وعليك أن تعي أن التمريرة السيئة من الممكن ألا ينتج منها، أو تبطل أي فائدة أو منفعة *he gate any benefit*، حيث ربما تستغل في الإرسال مع الوثب.

وعلى العموم فقد لوحظ أن تسع (٩) من بين (١٠) عشرة لاعبين سوف يحاولون تماما أن يحافظوا على جعل الكرة داخل الملعب، ولا يضربون (أو يهجمون)، لو كان القذف (الرمي) للكرة المرسلة سيئا، بمعنى آخر أن لحظة رمي الكرة لأعلى، من جانب اللاعب المرسل للقيام بمهمة الإرسال القوي مع الوثب، فإن (٩) من عشرة (١٠) لاعبون يحاولون أن يجعلوا الكرة داخل وتجاه

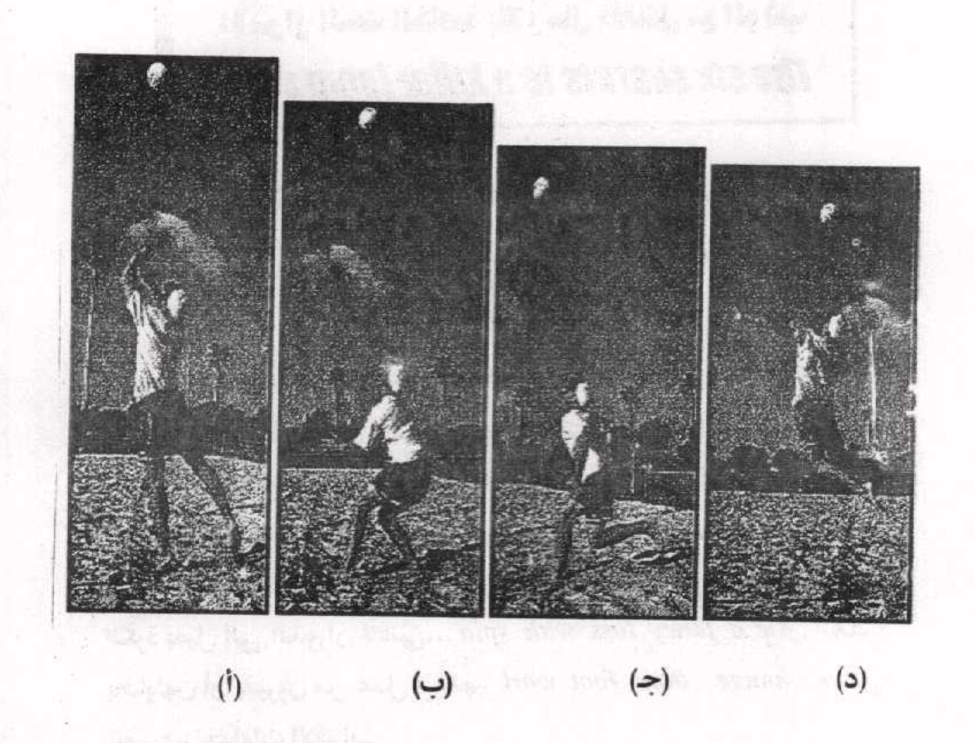
ملعب الخصم لضمان استمرارية تداول الكرة، والعكس صحيح، لو كان الرمي أو القذف الكرة من اللاعب المرسل ضعيفا أو سيئا، هنا لا يتم إرسال مع الوثب، بل يحاول أن يغير ويكتفي بعبور الكرة اتجاه ملعب الخصم بأي طريقة (سهلة).

وكنصيحة فإن هنا، ومع هذه النقطة بالذات يجب عليك التدريب على هذه المهارة (الخاصة بقذف الكرة)، قبل إتمام مهمة الإرسال مع الوثب، وذلك في أكبر عدد من مرات التدريب على الرمي (أو القذف) قدر المستطاع، وهذا بالطبع يستلزم كم من الوقت (وقت طويل) ***takes a lot of time*** وكذا أكبر عدد من التكرارات ***more repetitions***.

فعلى سبيل المثال، كما في لعبة كرة السلة سوف نلاحظ أن اللاعب سوف يقضي بعض الساعات في التدريب على الرميات الحرة ***free throws***، كذلك فإننا سوف نرى أن لاعب الكرة الطائرة الجيد، سوف نجده يقضي الساعات في التدريب على رمي الكرة (أو قذفها) لنفسه (أو كما يقول البعض إعدادها) لنفسه لإتمام مهمة الإرسال مع الوثب، وذلك نظرا للعلاقة الوطيدة بين قذف الكرة لنفسه (أو حتى إعدادها) لنفسه، والقدرة على إتمام مهارة الإرسال مع الوثب.

وكتذكرة، ونصيحة هامة، يجب عليك ألا تمسك الكرة المقذوفة مطلقا، وذلك من معلمك ***you should never have to catch your toss***، أيضا نصيحة أخرى، ومن خلال التدريب الكافي، يجب عليك دائما أن تحصل عليها (الكرة) صحيحة من أول مرة ***you should always get it right the first time***.

مثال آخر، عليك أن تنظر إلى اللاعبين المحترفين في لعبة التنس (الأرضي) ***professional tennis***، فلم تشاهد مطلقا أن لاعب مثل بيت سمبراس ***Pete Sampras***، لا يمسك كرته المقذوفة مطلقا، حقيقة، هذا ما لم يفعله على الإطلاق، وذلك خلال المحاولتين اللتين يقوما بهما.



(د) (جـ) (ب) (أ)

التسلسل الحركى لمهارة الإرسال مع الوثب من الإعداد
شمل (٢١)

الأسرار الست الخاصة بالإرسال القاتل مع الوثب
The six secrets to a killer jump serve

- **السر الثاني: اوجد (اخلق) طقوس أو شعائر خاصة**

Great A Ritual

(٢) الإرسال مع الوثب يجب ألا يكون صعبا

Second secret: jump serving doesn't have to be difficult.

فنحن نلاحظ أن البعض إن لم يكن كثيرا من (اللاعبين) يحاول أن يجعل الإرسال مع الوثب، صعبا أكثر مما هو يجب أن يكون عليه، فإنهم ونقصد بذلك اللاعبون المرسلون يفكرون كثيرا، ويحاولون أن يستخدموا أو ينفذوا طريقه قذف مبتكرة تتسم بدوران الكرة، أو أنهم يميلون في أن يكون قذفهم للكرة يميل إلى الدوران لأعلى... ***a fancy toss with spin*** أو أن البعض يحاولون أن يغيرون من عمل أرجلهم ***change their foot work***، خلال تنفيذهم لخطوات الاقتراب.

وهذه هي الأسباب أن الإرسال مع الوثب الناجح بخلق (أو يكون) أو (يوجد) جو من الشعائر والطقوس والخاصة بكل لاعب على حدة، فلكل لاعب طريقة أداء الخاصة به من حيث طريقة الإعداد لنفسه أو رمي الكرة لنفسه، أو جعلها تدور لأعلى، أو تغيير خطوات لاقتراب.

وعلى العموم فإن التمسك (التعلق) بمجموعة من الطقوس أو الشعائر لابد وأن يكون من خلال حركة بسيطة ***a ritual is simple motion*** أو حركة مثارة ***Action*** أو حتى التغيير في أسلوب أو طريقة ***or even a phase***، والتي

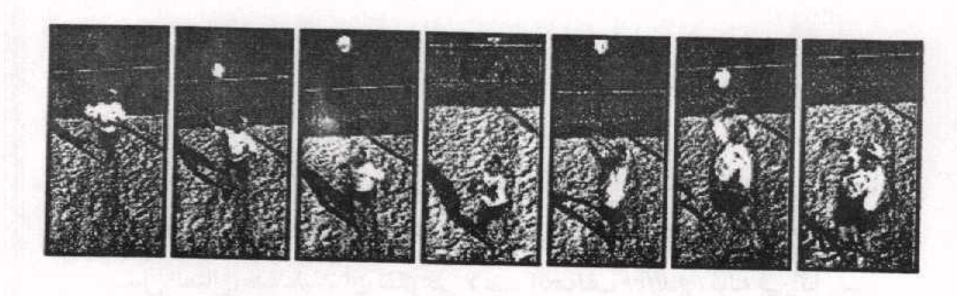
عادة ما تكون بينك وبين نفسك في كل مرة توثب للإتمام مهمة الإرسال مع الوثب، فإنك ومن خلال ذلك تجعل دائما وابدأ عقلك على الحركة *your mind on the action*، إن ذلك ليعتبر أمرا غاية في الأهمية، وذلك لأن حدوث مثل هذا الأمر يجعل الحركة أتوماتيكية مستقبلا *automatic motion*. فعلى سبيل المثال، هنا عليك أن تفكر في لاعب الجولف *golfer* ، فإنه في كل مرة أن يقوم بنفس الدوران (الدوران الخاص بالجسم)، يقوم من خلاله بقذف (تلويح) الكرة *golfer having the same routine every time he puts*.

فبعض اللاعبين أمثال اللاعب اسكوت أي كاتوبي *scot ayckatobby*، وكذلك آرامز جوهانسون *Adam Johnson* لديها شكل أداء مميز جدا *have a very distinctive*.

ويستطرد براين لويس *Brain Lewess*، صاحب الأسرار الست للإرسال مع الوثب في الكرة الطائرة الشاطئية، أنه كان يأخذه (٥) خطوات للخلف بعيدا عن الملعب أولا *Take five steps back from the court first*.

الأمر الذي يجعله يقوم بلف (برم) (أو تدوير)، برمي الكرة من جوار (خلف) ظهره *Twirl the ball behind*، كما كان يقوم بلف (دوران) (مسح) الرمل عن الكرة في كل مرة يرمي فيها الإرسال.

ثم يقوم بقذف (رمي) الكرة، وأخذ أربع خطوات للاقتراب عبارة عن (يمين - شمال - يمين - شمال)، ثم حينئذ، وبعد ذلك يقوم بلمس الكرة (التقاء الكتف بالكرة)، ثم متابعتها بعد إتمام الإرسال كما أنه يتخيل أنه سوف يضربها *contact the ball and follow through just like I'm hitting*.



1 2 3 4

شكل (٢٢)

توضيح التسلسل الحركي الخاص بمهارة الإرسال مع الوثب

- **السر الثالث** *third secret in jump start*

(٢) اعرف مناطقك *know your Zones*

إنه لأمر ليس بالصحيح، بالنسبة لك عند إتمامك لأي إرسال جيد وقاتل مع الوثب *any good to hit a killer jump serve*، أن تضع الكرة المرسلة، في المكان الصحيح من طرف ملعب خصمك *putting it right in your opponents lap*.

وهنا ليس من المهم أن يكون ضربك للكرة المرسلة يتسم بالقوة، أو بمعنى آخر بمدى قوة ضربك للكرة، وهنا يجدر الإشارة، إلى أنك لو قمت بضرب الكرة المرسلة صحيحة اتجاههم (خصمك)، فسوف لا يكون هناك مشكلة بالنسبة لهم، لأن يكون هذا الإرسال في متناول أيديهم.

مفتاح النجاح لأداء الإرسال القاتل الناجح
The key to success a killer serving

إن مفاتيح نجاح الإرسال مع الوثب القاتل تتمثل في نقطتين (مفتاحين) أساسين هما:

(١) الإرسال هو تفكير ***serve it tough.***

(٢) ارسله (الإرسال) بعيدا، وداخل المناطق الميتة (الضعيفة) في ملعب خصمك، لكي تجبرهم على التحرك.

Serve it a way from your opponents in the dead zones make them move.

وإذا لم يتحركوا اتجاه إرسالك، فإنك لم تقم بعملك بصورة جيدة على أكمل وجه.

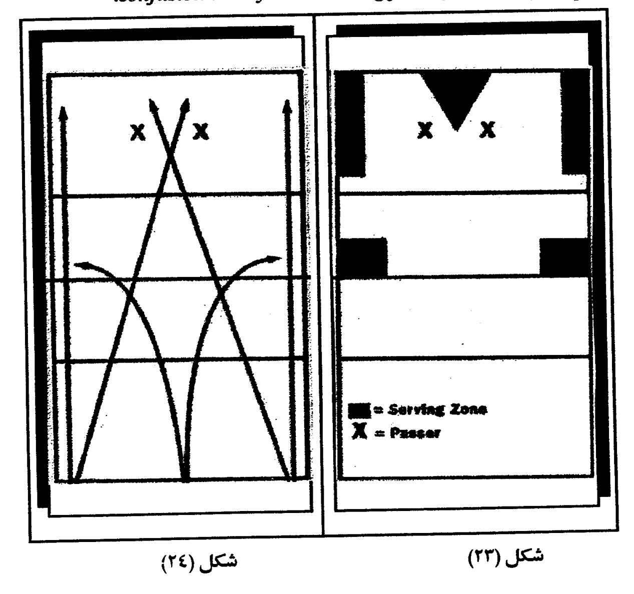
If they're not moving for your serve you're not doing a very good a very good jobs.

أفضل المناطق (الأماكن) للإرسال في الكرة الشاطئية
The best llaces to serve in beach volleyball

إن أفضل مكان تقوم بتوجيه الإرسال يكون في المنتصف العميق ***deep middle***، وبصورة صحيحة بين اثنان محررين (انظر في الشكل (*A*)، والمثلث المظلل في شكل (*B*)، لو كان في مقدورك أو باستطاعتك أن تجعل خصماك ينظر أن كل منهما إلى الآخر، وذلك بسبب أن كل منهما يقول للآخر هي كرة من؟ ***whose ball it should be ?.***

ولو أنك كمرسل وصلتهم إلى هذه الحالة بذلك تكون أنت (اللاعب المرسل) قد كسبت نصف المعركة ***won half the battle***.

إن الارتباك أو الفوضى الحادثة يكون خافض لمعنوياتهم وذلك بالنسبة لأي منهم ***confusion is very demoralizing for any of them***.



شكل (٢٤) شكل (٢٣)

أما بالنسبة للمناطق الأخرى الجيدة، فسوف نرى أنها تلك المناطق التي يذهب إليها الإرسال لأسفل، وبجوار الخط الجانبي.

Other good zones to go for are the down the line.

* والقصير (نعني الإرسال القصير)، إرسال بباعد المناطق، والذي تكون منحنياته تجاه الخط الجانبي، انظر شكل (٢٣)، (٢٤).

The short breaking serve which.

بالنظر إلى الشكلين (٢٣)، (٢٤)، اللذان يوضحان المناطق الخاصة بالخصم، يجعل الفريق يبذل نشاطا ملحوظا ***hustle to pass***، الأمر الذي بالتالي يساعد، أو يجعلهم يسرعوا في التمرير، ويخرجوا أكثر ما لديهم بقوة (بخشونة)، والذي من خلاله أيضاً يساعدهم في أن (يجاهلوه) أو يباعدوا من تشكيلهم وإعدادهم الهجومي، ***throw off their offensive set up***.

في أفضل الحالات فإن السيناريو، أو الحوار ***scenario***، سوف يجعلك تمسكهم أثناء نومهم (اصطلاح)، وتكون بذلك قد حققت الإرسال الآس ***get and ace***، وذلك في حركة أوتوماتيكية.

- **السر الرابع *The fourth secret***

(٤) الريح (الرياح) هي صديقك *The wind is your friend*

أنا أحب الرياح *I love the wind*

أنا أحب الرياح، إن الرياح تساهم في جعلك تقوم بأحسن أو أفضل إرسال مع الوثب، ذلك بسبب إن هذا الأمر يجعل الكرة تسقط، أو تبحر ***sail***، أو تجعل الكرة تقوم بعمل أشياء تبدو طبيعية سواء أردت أم لم تريد؟!!

Do thing, it normally wouldn't

أنواع (أنماط) الرياح *types of winds*

(أ) الريح (الرياح) (الخفيفة) *A light wind*

- إن مثل هذا النوع من الرياح يجعلك كلاعب مرسل تضرب بقوة *hit the ball hard.*
- كما لا تجعلك تستسلم عند أدائك لإرسالك مع الوثب، وذلك بسبب حالات الرياح.
- يجب عليك (كلاعب مرسل)، أن تكون دارسا للبيئة الخاصة بهذه الرياضة *to be student of the environment in this sport.*
- غالبا ما تكون الرياح عاملا مساعدا، وفي حالات أخرى لا تكون ملائمة *isn't consistent*، إنه لأمر ليس من المعتاد بالنسبة للرياح، أن تغير الاتجاه خلال المباراة، فالاختبار لهذه الرياح، هل هي تغير من اتجاه الكرة أم لا، والاختبار هنا، يكون متمثلا في رمي الكرة عاليا، وعلى امتداد لكامل الذراع الرامية لتسقط على الرمال.

وعليك أن تلاحظ مثلا حركة الأشجار، والأعلام، التي تهب (تعصف)، وكلها اختبارات طبيعية للحكم على سرعة وشكل وشدة الرياح، كما يجب ضرورة التنويه أنه في الحقيقة هناك بعض من الخدع البسيطة لاستخدام الرياح.

(ب) الريح (الرياح) بجوارك (معك) *wind Behind you*

وفي هذه الحالة لو كانت الرياح تهب تعصف إنما معك أو ضعيفة (فاقدة الحس)، غير فعالة *in blowing dead on behind* فإن:

- فإن إرسالك سوف يكون واضحا بأنه سوف يذهب إلى العمق *your serve will be a obviously go deeper.*
- هنا، يجب عليك أن تحدد هدف إرسالك إما أن تؤدي بقوة قليلة وقصيرة *Aim your serve a little bit shorter.*

- عنه في حالة إذا ما أردت أن تنهي الإرسال ***end up***، ولكن هنا يجب ألا تكون مرسلا مكسوف (أو واضعاً في خمار الوجه) ***wimp***، بل استمر رغم هذا في أن تجعل إرسالك عنيف ***aggressive***.

(ب) الريح (الرياح) في مواجهتك *wind in front of you*

وفي حالة هذا النوع من الرياح، سوف نجدها تعصف (تهب) ميتة، غير نافذة المفعول *dead*، على وجهك، إن حدوث مثل هذا الأمر، يعني أن الوقت قد حان لكي تضرب الكرة المرسلة، وتحديدا تضرب الغلاف الخارجي للكرة *to hit the tar out of the ball*.

- **السر الخامس *The Fifth Secret***

(د) الاستقامة مع الرياح *straight – on wind*

وهنا سوف نجد أن في بعض الأحيان لا يمكن التنبؤ بشكل ونوع الرياح *the wind unpredictable*، ولا يمكن أيضا استغلالها كمؤثر على استقامة الإرسال، إن حدوث مثل هذا الأمر سوف يجعل الكرة المرسلة تبتعد *break*، أو تموج *flattering*، أو تسقط كصخرة *drop like rock*.

أيضا عليك ملاحظة أين سوف يكون إعداد خصمك *your opponents on set up* وهل لهم هدف أم لا؟

- **السر السادس *The six secret***

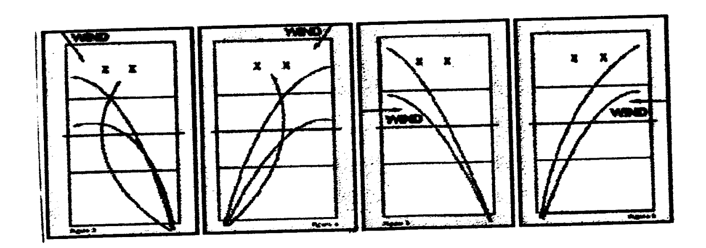
(هـ) الريح تأتي (متقاطعة) (قطرية) على الملعب

Wind a cross the court

وهنا سوف نلاحظ أنه لو كانت الريح في هذه الحالة تهب أو تعصف مباشرة وتعبر الملعب (قاطعة إياه) (قطرية) من ناحية اليمين إلى اليسار، عليك كمرسل أن تحافظ على نفس الفكرة في مخيلتك، كما هو الحال في حالة الريح القادمة بزاوية (الحالة السابقة)، حيث يجب عليك أن تقم بالإرسال في داخلها

serve into it، مرة أخرى سوف تجعل حركة هذه الرياح القطرية، تغير في اتجاه الكرة *peel off* أو تسقط، وهنا لابد ألا ترسل بعيدا عن الريح، وذلك بسبب أنه من الممكن أن تطير الكرة خارج الحدود.

Don't serve a way from the wind because the ball could fly out of boards.



شكل (٢٥)

يوضح أشكال قدوم الرياح

كيف تمرر أي إرسال How to pass any serve
أو كيف تستقبل، ثم تمرر
How to receive and pass

الإرسال العميق إلى ركن (الملعب) في الشاطئية
أو إرسال العمق في الكرة الطائرة
The Deep Corner serve in beach volleyball

By: Kent Syeffes **بقلم / كنت سيفيز**

يقول كنت سيفيز ***Kebt syeffes*** أحد البارزين في مجال تدريب وتحليل الأداءات المهارية في الكرة الطائرة الشاطئية ولاعب الكرة الطائرة بنوعيها المعتادة والشاطئية، عن الإرسال القوي، أنه غالبا ما ترى مثل هذا النوع من الإرسال عندما تكون واقفا في الجانب السيء (الخطأ) ***on the bad side***، والفريق الآخر غالبا ما يجبر على أداء الإرسال في اتجاه الريح، وبقوة كما يريدون.

Other team has the luxury of serving into the wind as hard as they wont.

إن أداء مثل هذا النوع من الإرسال يميل ***tends*** إلى أن يتموج عاليا، أو بمعنى آخر يكون شكله إرسال فلوتر متموج (عالي) ***to float up high***، ويسقط فجأة.

وفي بعض الأحيان ربما يكون في استطاعتك كمرسل أن تلمس الكرة، عندما تصل إلى أعلى طلبا لها ***reach up for it*** (من وقفة الاستعداد)، وفي

هذا ربما تظن أو تعتقد انها سوف تخرج خارج الملعب ***going out***، ولكنها في هذه الحالة أو على أي حال سوف تسقط داخل الملعب ***It'll drop inside*** *.the court any way*

ولكي يكون هذا الإرسال في متناول يديه *to handle this serve* وتستطيع أن تستقبله ثم تمرره *reserving it passing*، عليك أن تقوم بعمل الآتي:

- أولا : لف جسمك بعيدا عن الشبكة، وقم بفرده (امتداده) لأعلى تجاه الكرة ***Turn your body a way*** ***from the net and extend toward the .ball***

- الأمر، الذي يتطلب منك أولا أنك تحتاج إلى أخذ خطوة للخلف ***.first, you need to take a step back***

- ثانيا: لو كنت لاعب في الجانب الأيمن، تكون الخطوة للخلف من خلال قدمك اليمنى، فذلك يسهم في فتح اتجاه جسمك تجاه الخط (والعكس يحدث لو كنت في جهة اليسار).

- ***If you're a right side player, step back with your right foot to open your body to ward the line (reverse this if you play from the left).***

- **حافظ على توازنك** ***.keep your balance***

لكي تحافظ على توازنك، يتم مراعاة مجموعة النقاط التالية:

- تأكد من أنك لا تدفع بقوة (أو تطعن/ تتخذ وضع الطعن) أو تندفع للأمام ***.make sure you don't lunge***

- بمجرد وصولك لتمرير الكرة، خفض كتفك الأيسر، أو كتفك الأيمن لو كنت تلعب في الاتجاه الأيسر، حتى يكون مسطح يديك (المصطبة) (التي تقابل الكرة)، سوف يكون زاوية اتجاه الشبكة.

- ***As you reach to passes the ball dip your left shoulder (or right shoulder) if you play the left.***

- حتى تكون (مصطبتك) مسطح الساعدين، سوف يكون أو شكل زاوية في اتجاه الشبكة ***So you platform will angle toward the net.***

- لو أنك نسيت أن تخفض من كتفك، سوف تنتهي التمريرة مستقيمة لتكون عالية. ***If you forget to dip your shoulder you'll and up passing straight up.***

- لكي تجعل الكرة تتجه إلى أعلى واتجاه الشبكة، مرجح، ومد جذعك واستخدم رجليك.

- ***To get the ball up toward the net swing, and extend your trunk an us your legs.***

- أيضا يجب عليك استخدام جسمك الداخلي لكي تولد القوة ***you should use your entire body to generate force.***

- في النهاية حافظ على رأسك ثابتة (غير متحركة)، لكي تعطيك الاتزان اللازم، وتساعد في أن تأخذ وتحافظ (تصون) وتؤكد حساسية ملعبك.

- ***Finally keep your head still to give you balance and help maintain your court sense.***

- في العالم المتكامل ***in prefect world*** يجب أن يكون اتجاه تمريراتك عالية نحو الشبكة، وعلى كل حال في لحظة امتداد جسمك عن الوضع

العميق (السفلي للجسم) *in an extended deep position*، وحتى يكون باستطاعة مساعدك أو زميلك أن يتصل *commit* أو يحدث اتصالا مع الشبكة، وذلك في حالة لو قمت بعمل تمريرة سيئة، هنا يجب أن تكون تمريرتك متجهة إلى داخل الملعب، وليس لأعلى أكثر من اللازم *into the middle of court, but not so higher*، عن العادي، وليست عالية جدا، حيث سوف تشكل أمرا غاية في الصعوبة لزميلك لكي يقوم بإعدادها، وبالطبع يكون موضعك أو مكانك النهائي *final placement*، سوف يعتمد على الكيفية، التي سوف يكون عليها مساعدك كمعد ذو مستوى جيد.

- ***You final placement will depend on how a good a setter you partners.***

ويستطرد كنت سيفيز *Kent Syeffs*، حول هذا الموضوع الخاص بكيفية تمرير الإرسال، ويقول "كنصيحة فإن بقدرتك على التمرير أو أن تمرر، هو مفتاح الفوز". ***"As a device Being able to pass is the Key to winning."***

أيضا التمريرة الجيدة تضع فريقك في موقع أو مكان القيادة (بمعنى له المبادرة على القيادة)، بينما التمريرة السيئة والتي تتم بقوة، (بصراحة تامة) تحدد اختيارك.

Also: A good pass puts your team in the drivers seat, while a bad pass severeiy limits your options.

لقد كان معظمنا يظن أن الأساسيات (القواعد) عن التمرير تتمثل أولا في:

- الحصول على الكرة (حاول أن تصل إلى الكرة) ***get to the ball***.د

- قم بعمل مسطح ***plat form*** مصطبة (بالساعدين طبعا) ***make a good plateform***.

• حافظ على اتزانك ***stay balanced***.

ومع الإرسال اللطيف (السهل) ***with a nice and easy serve***، فإنه لا توجد أية مشكلة في تنفيذ مجموعة النقاط السابقة.

ولكن يتبقى سؤال، ماذا عن لو كان هذا الإرسال ليس سهلا ***But what a but when the serve isn't so easy?***، والذي من الممكن أن يبدو أنه من الصعوبة بمكان تمرير ذلك الإرسال الصعب ***difficult serve***، والذي هو في حقيقة الأمر (الخاص بذلك الإرسال)، هو الذي يفصل بين اللاعب العظيم واللاعب الجيد.

لقد كنا نظن أن المفتاح لتمرير الإرسال هو أن تصل إلى الكرة، وعليه ربما قد تكون نسيت ما يتعلق باستخدام التشكيل الصحيح للجسم ***you may forget a bout suing correct form***، وعلى كل حال فإن حصولك بمعنى آخر وصولك إلى الكرة، هذا هو أهم شيء ***what ever get you to the ball is what important***.

مرة واحدة (فجأة) حول (تفكيرك) إلى التركيز في المحافظة على وضع مسطح (الساعدين) ***platform***، الخاص بذراعيك، حافظ عليهما أمام جسمك، وكذلك أفخاذك ***your hips***، وتذكر أن عيناك على الكرة ***Remember to keep your eyes on the ball***، وبسبب هذه الإرسالات صعبة في أن تعود، سوف لا يكون تكوينك أو تشكيلك الفريقي، غير متكاملا، فهذا أمر جيد طالما ان النتيجة هي تمريرة جيدة.

Because these servers are difficult to return your form isn't going to be perfect, that Okays, if the end result is a good pass.



الفصل السادس عشر
الاعداد

- ❖ الاعداد
- ❖ *Set (or) Setup*
- ❖ لماذا الاعداد هام ؟
- ❖ *Why the set important ?*
- ❖ كيف ينفذ الاعداد ؟
- ❖ *How to Execute the set ?*
- ❖ الاعداد مفتاح النجاح
- ❖ *Keys to Succes the set*
- ❖ استكشاف الأخطاء الخاصة بالاعداد وتصحيحها
- ❖ *Errors Detection and correction the set*



الإعداد
Set (or) Setup

يعتبر الإعداد أحد المهارات الأساسية في الكرة الطائرة. فالبعض يقول أنه شكل من اشكال التمرير من أعلى فوق الرأس. والبعض الآخر من المتخصصين لا يرى فرق بين مهارتي الإعداد والتمرير، وهنا يجدر الإشارة بأنه يجب علينا أن نوضح أن الإعداد يعتبر أحد المهارات المترادفة أو المتشابهة، فالإعداد يتشابه مع التمرير من أعلى في شكل الأداء ولكن يختلف في الوظيفة، وعن الوظيفة نجد أن البعض يقترح أن جميع ما يتم بجوار الشبكة ويسهم في الهجوم فهو إعداد، شرط أن يكون ذلك داخل منطقة الهجوم، في حين يضيف آخرون أنه طالما ساهم التمرير في شكل من أشكال الهجوم وفي أي مكان من الملعب فهو إعداد، كما في حالة إعداد الكرة من المنطقة الخلفية (منطقة الدفاع) إلى مهاجم يقف قرب الشبكة، العديد من وجهات النظر لا نستطيع أن نتناولها بالتفصيل، وهو ما سنتناوله فيما بعد، خلاصة القول بأن الإعداد والتمرير من أعلى مهارتان متشابهتان في الأداء مختلفتان في الوظيفة، إذ تحكم هذه الوظيفة أصول وقواعد معينة تتفق والهدف الموضوعة من أجله.

فإذا كان موضع الكرة في مكان أو مركز معين للقيام منها بالضرب الهجومي فهو إعداد، وإذا كانت الكرة تنتقل من مكان إلى آخر لا يقصد بها ضرب هجومي فهي تمرير.

وفي العادة نجد أن الإعداد ***Set*** يؤدي بواسطة لاعب يطلق عليه المعد ***setter***، وهو لاعب متخصص للقيام بمثل هذه الوظيفة ***etting specliest***، وذلك خلال جميع الدورانات التي تتم، وهنا يجب علينا ان نعي حقيقة هامة جدا، وهي أنه يجب علينا كمتخصصين أن نختار اللاعب المعد الذي يتميز بدقة أداؤه للتمرير من أعلى فوق الرأس، وكذا دقة ارتفاعات أقواس طيران الكرة،وهذا من منطلق العلاقة الوطيدة بين كل من الإعداد والتمرير من أعلى فوق الرأس.

والإعداد شأنه شأن باقي مهارات الكرة الطائرة له من معدلات الأداء التي تختلف باختلاف مستوى اللاعبين. فنحن نجد أن مستوى الأداء لدى المبتدئين يختلف عنه لدى المستوى المتوسط، في حين نرى أن مطالبة الأداء نجدها في مستوى المتقدم.

الإعداد هو شكل متشابه في أداءه تماما مع التمرير من أعلى فوق الرأس ولكن مع اختلاف الوظيفة. والتي تتلخص في وضع الكرة للمهاجم بطريقة معينة لكي يستطيع تنفيذ المهاجم.

والإعداد من الممكن أن يكون له أكثر من صورة فإما أن يكون إعداد (تمريرة) للأمام ويطلق عليه إعداد أمامي ***Forward set***، أو تمريرة للخلف ويطلق عليه ***The Back sets***.

كذلك من الممكن أن يكون للإعداد أكثر من ارتفاع للكرة، إلا أن هذا الارتفاع يعتمد على نوع ورغبة الضارب (المهاجم)

لماذا الإعداد هام؟ *Why the set important*

تتمثل الوظيفة أو المهمة الأساسية للإعداد في تقرير كيف؟ وأين الهجمة سوف تنشأ؟

وفي العادة يكو ضمن تشكيل فريق الكرة الطائرة لاعب أو لاعبان يشكلا واجبات الإعداد، كما أنه يبدوا في غاية الأهمية أن يكون لدى هؤلاء اللاعبان المقدرة على الفهم والإدراك في إعداد الكرة بكفاءة إلى المكان الجيد للإتمام الهجوم.

إن أهمية الفهم أو الإدراك تتمثل في كيفية استيعاب اللاعب المعد وفهمه لطبيعة المهاجم، وطبيعة الكرات اللازمة له من حيث الارتفاع وأقواس الطيران الخاصة بها ولا يقتصر الأمر على ذلك فقط، بل يمتد الأمر إلى تفهم وإدراك طبيعة اقتراب أو جرى هذا المهاجم وكيفية دخوله على الكرة لإتمام هذا الهجوم.

إن المقدرة الهجومية لأي فريق تتقرر بمقدار ما تحققه من هجمات ناجحة والتي هي في الأساس تعتمد على مقدرة وكفاءة المعد.

كيف ينفذ الإعداد *How to Execute the set?*

لكي تقوم بتنفيذ الإعداد فإن هذا يتطلب ضرورة تواجد المعد في الناحية اليمنى من الملعب وقريبا من الشبكة ومواجها الخط الجانبي (قد يكون في مركز ما بين (٢)، (٣)، على الشبكة (أو ما بين "٤،٣").

ويكون التنفيذ المهاري الفني لمهارة الإعداد كما هو في حالة تنفيذ التمرير من أعلى فوق الرأس.

والتمرير من أعلى فوق الرأس *over head pass* يطلق عليه الإعداد من أعلى *over head set* فقط عندما تكون هي التمريرة الثانية للفريق والتي تستخدم لتوجيه الهجوم.

وفي إعداد الكرة للمهاجم يجب أن تكون هذه الكرة بعيدة بمقدار قدم واحد حوالي (٣٠,٥سم) بالنسبة للشبكة، والمقرر في هذا أن يستطيع المهاجم أن يضرب الكرة بقوة بدون لمس الشبكة.

والمعد في الكرة الطائرة *The setter in volleyball* يستطيع أن يكون له هوية أو شخصية شأنه في ذلك شأن صانع الألعاب في كرة السلة مثلا وذلك من خلال نظام تركيبة عددية للأصبعين. (بمعنى آخر استعمال أصابع اليد في الإشارة *a numbering system combing two digits*، فمثلا أصبع واحد يشير إلى ارتفاع الإعداد فوق الشبكة، بينما الأصبع الثاني يشير إلى نقطة أو موضع *spot* على الشبكة (أي يشير إلى علاقة الارتفاع بالنسبة للشبكة)، ولا يكتفي باستخدام الإشارة فقط، بل يستطيع الفريق أن يطور دائما في طريقة لعبه باستخدام نظام النداء اللعبي *Play calling*.

ونظام النداء اللعبي ***Play calling*** عادة ما يكون نظام معقد تماما، حيث عادة ما تكون هناك نداءات أو صيحات تتعلق بأول كرة ***The first ball*** مختلفة تماما عن الكرة الثانية ***Second Ball***، كذلك نداءات المعد.. إلخ.

ومما هو جدير بالذكر أن هناك بعض الفرق تستخدم أكثر من اصبع، فالفريق القومي الأمريكي يقوم باستخدام نظام الثلاث أصابع ***Three digits*** فالأصبع الثالث كان يشير إلى مسافة الإعداد ***The sets distance*** بالنسبة للشبكة.

الإعداد ***The setting*** شأنه شأن باقي مهارات الكرة الطائرة له أساسيات، فالإعداد له أساسيات ثلاث ***The Three basic set's*** تتمثل في الآتي:

- الإعداد العالي للخارج ***The High out side***.
- الإعداد السريع ***The Quick set***.
- الإعداد للخلف ***The Back set***.

أما بالنسبة للأساس الأول المتمثل في الإعداد العالي للخارج ***The High out side*** عادة ما يكون مكانه (اتجاهه) في الجانب الأيسر من الملعب، وقرب خط الجانب، بمعنى أننا لو تركنا الكرة المعدة تسقط فإنها من الممكن أن تسقط على خط الجانب الأيسر، أيضا هذا النوع من الإعداد يكون في العادة على ارتفاع لا يقل عن ٦ أقدام (أي حوالي ١٨٠ سم) بالنسبة للحافة العليا للشبكة.

ويفكر بعض الضاربين المهاجمين تفكيرا خاطئا بالنسبة لهذا النوع من الإعداد وارتفاعه والمتمثل في ضرورة أن تسقط أن تكون الكرة فوق رأس المهاجم الضارب مباشرة، إلا أننا في هذا الشأن نرى ضرورة أن تكون المسئولية هنا أن يذهب المهاجم إلى الكرة وفي الأساس الثاني والخاص بالإعداد السريع ***The Quick set***، فإننا نرى ضرورة التطرق إلى علاقة هذا النوع بالنسبة للمعد،

حيث إننا نلاحظ أن المعد يقوم بإعداد الكرة مباشرة في مواجهة منه (أمام نفسه (أو نفسها – لو لاعبه)، وذلك في حالة ما إذا كانت الكرة المعدة في ارتفاع غالبا ما يكون من ١ – ٢ قدم أي حوالي (٣٠ إلى ٦٠ سم) من الحافة العليا للشبكة.

وفي الإعداد السريع غالبا ما تنحصر مسئولية المعد عموما في إعداد الكرة للمهاجم، بينما مسئولية المهاجم هنا تحتم عليه أن يقترب لمواجهة المعد ويثبت لمحاولة ضرب الكرة شرط أن يكون ذلك بمجرد لمس المعد للكرة.

وفي الأساس الثالث والخاص بالإعداد خلفا ***The Back set***، نرى صورة أخرى مغايرة تماما عن الأساس الأول والثاني، من حيث الارتفاع والمسافة وكذا شكل جسم المعد ففي هذا النوع من الإعداد نرى أنه يستلزم ارتفاع حوالي من ٥ إلى ٦ أقدام أي حوالي (١٥٠ : ١٨٠ سم)، أيضا أنه يحتاج إلى مسافة أقل عنه في حالة الإعداد للخارج أو السريع.

ويلاحظ في الإعداد الخلفي أنه نفس الأداء في الإعداد الأمامي ما عدا أن الدفع يكون فيه لأعلى وللخلف من منطقة الوسط مع وجود تقوس في الظهر، وقوة الكرة تتجه للخلف بحيث لو سقط عنا نقطة من أقصى ارتفاع لها لابد أن يمر خط هذه النقطة بالمقعدة، بعكس الإعداد لأعلى للأمام يكون فيه الدفع لأعلى وللأمام مع ميل الجسم أماما.

وفي هذا الصدد يجب ضرورة التنويه أن المعد ***The Setter*** الجيد هو الذي يكون في مقدوره تنفيذ جميع أنواع الإعداد، بدرجات متساوية من حيث الكفاءة فلا يفضل أن يكون متخصصا أو متميزا في نوع من الإعداد دون الآخر، حيث تمكنه من تنفيذ جميع أنواع الإعداد بدرجة واحدة من الكفاءة لا يعطي الفرصة للخصم أو للفريق المناسب عن نية وللإعداد والفكر الخاص بهذا المعد.

الإعداد مفتاح النجاح

Keys to success the set

المراحل الفنية الثلاث للإعداد

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre Contract*

شكل الاستعداد *Pre Parathion Phase*

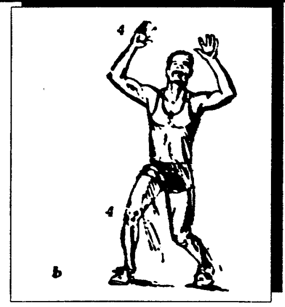
يجب على المدرب أو المدرس مراعاة النقاط التالية بالنسبة لوضع الاستعداد

١- وضع الجسم.
٢- الركبتان والفخذين مثنيان قليلا.
٣- الكتفين زاوية بالنسبة للهدف.
٤- اليدان أمام الرأس ولأعلى قليلا.
٥- الأصابع باستدارة الكرة، مع تكوين نافذة أمام الرأس.
٦- النظر يكون من خلال النافذة.

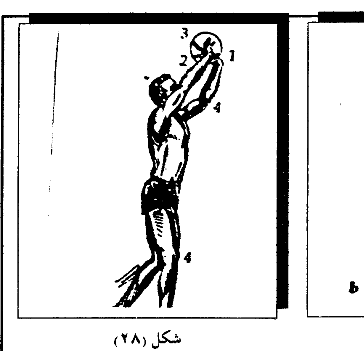
شكل (٢٦)

- لاحظ مجموعة الأرقام الموجودة على الشكل (٢٦).

شكل تنفيذ ***Execution Phase***



شكل (٢٧)



شكل (٢٨)

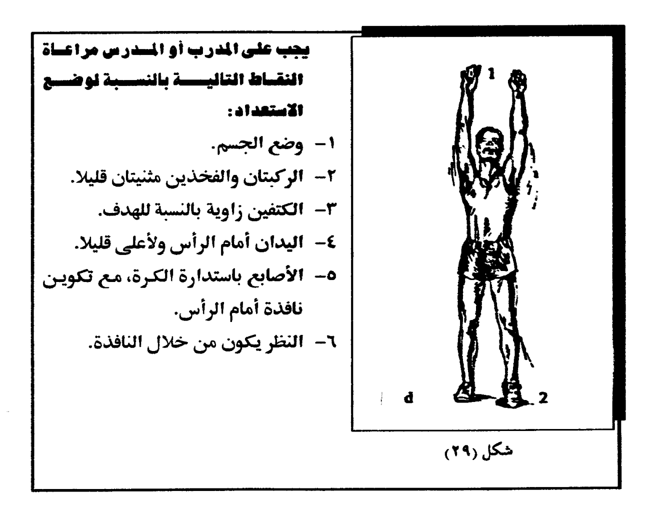
بالنسبة لتنفيذ الوضع يجب علــى المـدرب مراعـاة المجموعـة النقـاط التالية:

١- شكل اليدان على الكرة.
٢- لمس الكرة يتم أسفلها.
٣- يكون لمس الكرة بسلاميات الأصابع الأولى والثانية.
٤- يراعى فرد الذراعين والرجلين.
٥- نقطتا اليدان اتجاه الهدف.

• لاحظ الأرقام الموجودة على الشكل.

المرحلة الختامية (بعد اللمس) *After Contract*

شكل المتابعة *Follow Through Phase*



يجب على المدرب أو المدرس مراعاة النقاط التالية بالنسبة لوضع الاستعداد:

١- وضع الجسم.

٢- الركبتان والفخذين مثنيتان قليلا.

٣- الكتفين زاوية بالنسبة للهدف.

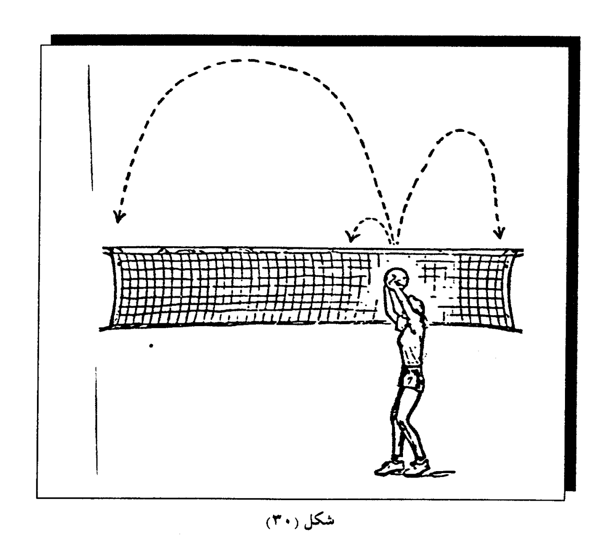
٤- اليدان أمام الرأس ولأعلى قليلا.

٥- الأصابع باستدارة الكرة، مع تكوين نافذة أمام الرأس.

٦- النظر يكون من خلال النافذة.

شكل (٢٩)

شكل (٢٦) إلى (٢٩) يوضح خط سير الكرة بالنسبة لأنواع الإعداد المختلفة لأعلى ولنماذج ***Outside set***، السريع ***Quick set***، الإعداد خلفا ***Back set***.



شكل (٣٠)

خط سير الكرة الخاصة بالإعداد العالي وللخارج والسريع وكذا الإعداد خلفا.

استكشاف لأخطاء الإعداد وتصحيحها
Error detection and correction for the set

تعتبر مهارة الإعداد من المهارات الأساسية في الكرة الطائرة التي يجب أن يجيدها بعض اللاعبين المتخصصين لأداء هذا النوع من المهارات والذين يطلق عليهم المعدين *The setter's*، إلا أن هذا لا يمنع أن على جميع لاعبي الفريق أن يتقنوا مهارة الإعداد لتنفيذها إذا لزم الموقف الخططي ذلك.

والإعداد في ظاهره مهارة من المهارات السهلة الشبيهة بالتمرير والصعبة في واجباتها التكتيكية كما سبق وأوضحنا، ولهذا فإن استكشاف الأخطاء الخاصة بالإعداد ومحاولة معالجتها سوف يكون له بالغ الأثر خاصة في نفسية اللاعب المعد وهو يرى أن إعداده للكرة قد كلل بالنجاح وتحقق الهدف منه.

وفي الإعداد نجد أن وضع الجسم بالقرب من الشبكة في وضع أي هيئة أو شكل تسمح للاعب بالإعداد الجيد، وبالتالي يستطيع أن يتفادى الأخطاء المحتمل ارتكابها، فمثلا يوضح كثيرا من المتخصصين في مجال تدريب الكرة الطائرة على أهمية المحافظة على وضع إحدى القدمين للأمام وبثبات وفي الوضع المستقيم، أيضا أوضحوا أنه من الممكن أو المحتمل أن يكون الإعداد هدفه هو عبور الكرة فوق الشبكة سواء كانت هذه الكرة مضروبة بقوة أو ضرب خفيف، لذلك يجب على اللاعب دائما محاولة وضع كتفيه زاوية على الهدف في اتجاه الإعداد، وذلك قبل ملامسة الكرة.

هذا يعني أنه اللاعب المعد من هذا الوضع بالنسبة للشبكة سوف يكون له تصور كامل لأشكال الإعداد الواجب تنفيذها وذلك بالنسبة للاعب المهاجم أو الفريق المنافس.

في العادة عندما نستخدم مهارة التمرير من أعلى فوق الرأس في أي اتجاه (للأمام أو للخلف) في إعداد الكرة أو كمهارة إعداد، فإن هذا الأمر يتطلب أن يهتم مؤديها (اللاعب المعد) بثلاث أمور أساسية وهي:

- الدقة في الارتفاع ***Accuracy in height***.
- طول المسافة ***Length distance***.
- الموضع (المكان) المراد وصول الكرة إليه ***Place ment***.

هذا بالإضافة إلى احتياج المعد أن يكون لديه خاصية الشعور بالموضع أو الموقع ***Location*** الخاص بأداء الإعداد)(التمرير) منه، متفهما للعلاقة الخاصة بحدود الملعب.

فإذا ما استطاع اللاعب المعد ***setter*** أن يستوعب مثل هذه الأمور السابقة يكون الإعداد أكثر كفاءة ***More efficiently***.

إنه من المهم جدا أن ننوه إلى أمر بالغ الأهمية ويرتبط بأداء الإعداد، ألا وهو الأمر الخاص بمربع كتفي المعد (الخطوط الوهمية الخارجة من الكتفين وترسم مربع مع الشبكة) اتجاه الهدف والمتمثل في المهاجم ***The attacker***، والشبكة ***The net***، والخطوط الجانبية ***The sideline***، وجميعها تمثل أهداف واضحة في مظهرها أو هيئتها يتعامل معها المعد.

ولا يكتفي بذلك بل يجب على المعد أن يكون قادرا على ملاحظة ما يحدث في الجهة العكسية من الملعب (ملعب الخصم)، لكي يستطيع الاستفادة من أي الأخطاء يمكن أن تحدث في ملعبهم.

ولقد حاول المؤلف هنا وفي ضوء طريقة الأداء المثلى لمهارة الإعداد أن يستكشف الأخطاء التي تحدث أو يمكن أن تحدث عند أداء مهارة الإعداد ووضعها في شكل جدول.

مع وضع الحلول لكيفية تصحيح هذه الأخطاء حتى يتسنى لكل من المدرب والمدرس وكذا اللاعب سهولة استكشاف هذا الخطأ المحتمل ارتكابه وكيفية تصحيحه وذلك في صورة مبسطة من واقع ما يحدث في الملعب.

جدول ( )

استكشاف الأخطاء الخاصة بالإعداد وتصحيحها

Errors Detection and Correction for the Set

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
• الكرة تلمس الكتفين.	• يجب أن يكون وضع اليدان على جانبي الكرة والتعامل معها يتم بالمفاصل الثانية من السلاميات الأصابع هي التي تبدأ تلمس الكرة بالفعل.
• الكرة تتجه عموديا بعيدا جدا وليس مباشرة تجاه الهدف.	• يجب أن تمتد الذراع عاليا كهدف للاعب (الممرر – المستقبل) والوزن (وزن الجسم) يجب أن يتحول للأمام واتجاه الهدف، الكتفين يجب أن يوضعهما مربعا مع الهدف، مع ضرورة وضع القدم اليمنى للمعد للأمام.
• الإعداد ليس عاليا بدرجة كافية ولا يصل قرب الخط الجانبي.	• كل من حركة (تحويل وزن الجسم، وامتداد الذراعان، والرجلين) يجب أن يتم في اتجاه الأمام ولأعلى.
• الكرة تلمس راحة اليد، وتستقر	• مراعاة فصل (انتشار) الأصابع.

Correction التصحيح	Error الخطأ
كذلك ضرورة اتخاذ الأصابع شكل استدارة الكرة، ويتم التعامل مع الكرة بسلاميات الأصابع الثنية (في الترتيب) والإبهام.	أو تمسك.
• امتداد الجسم يجب أن يراعى، كما يجب نقل أو تحريك وزن الجسم للأمام على القدم الأمامية واتجاه الهدف، مع لمس الكرة في الجزء الخلفي السفلي وليس في قاعها (أسفلها فقط).	• الكرة تذهب عموديا (فوق اللاعب) بدلا من عالية وللأمام اتجاه الهدف.

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
• يجد اللاعب صعوبة في توجيه الكرة إلى الهدف. شكل (٣٣)	• يجب أن تكون كتفيك في وضع زاوية تجاه الهدف، بمعنى أن الخطوط الوهمية الخارجة من الكتفين تشكل مع الهدف مربع.
• الكرة تعمل حركة برم أو دوران لأعلى *Top spints* وذلك بإفراط.	• يجب على اللاعب اعطاء قوة دافعة بقوة هذه القوة الدافعة الداخلة *Inputs* فهذه الكرة تحتاج أن تتدحرج بعيدا عن اليدين.
• الكرة تعبر الشبكة داخل ملعب الخصم.	• عندما يكون اللاعب في المركز الأمامي الأيمن من الملعب (مركز (٢)، يجب على اللاعب أن الخط الجانبي الأيسر (جعل الرجل اليمنى للأمام).

Correction التصحيح	Error الخطأ
• يجــب علــى اللاعــب في وضــع الإعداد أن يكـون كتفيه زاوية مـع الهدف **Intend target**.	• الكرة تذهب داخل الشبكة.
• يجـب على اللاعـب وضـع الكـرة المعدة بطريقة (تأخذ قـوس طيران) بحيث لـو سقطت تسقط على خـط الجانب.	• الكرة المعدة لا تصل إلى الخط الجانبي.
• ارتفاع نقطة الإعداد الخاصة بقوس طيران الإعـداد **Trajectory set** يجـب أن يكـون مـن ٧ – ٨ أقـدام حـوالي (٢١٠: ٢٤٠ سـم)، أعلـى الحافة العليا للشبكة بالنسبة للإعداد لاتجـاه الأمـام ٥- ٦ قــدم بالنسـبة للإعــداد خلفــا، حــوالي (١٥٠ : ١٨٠سم).	• الكـرة تعـد (إعدادهـا) دائمـا منخفض.





الهجوم والضرب فى الكرة الطائرة الشاطئية



الفصل السابع عشر
الهجوم والضرب

ATTAC AND SPIKE.

- ❖ أنظمة الهجوم الفريقى
- ❖ استراتيجية الهجوم والضرب
- ❖ *Strategies of Attack and Spike*
- ❖ لماذا يكون الهجوم هاماً
- ❖ *Why in the attack important*
- ❖ اعتبارات هامة فى استراتيجية الهجوم
- ❖ المراحل الفنية للضرب "الدنك"
- ❖ استكشاف الأخطاء الخاصة (بالدنك) وتصحيحها
- ❖ *Error Detection and correction for the dink*
- ❖ قائمة مفاتيح النجاح للضرب الهجومى لأسفل
- ❖ *Dink keys to success check list*

- ❖ الضرب بالسرعة المحدودة (أقل من القصوى)
- ❖ *Off Speed spike*
- ❖ كيفية تنفيذ الضرب ذو السرعة المحدودة
- ❖ *How to Execute the of speed spike*
- ❖ إستكشاف أخطاء الضرب بالسرعة المحدودة وتصحيحها
- ❖ *Derror Detection and correction for the off speed spike*
- ❖ قائمة مفاتيح النجاح فى الضرب الهجومى (محدود السرعة)
- ❖ *Off speed spike keys to success checklist*
- ❖ الضرب الهجومى الموجه بقوة (الساحق)
- ❖ *Hard driven spike*
- ❖ كيف تنفذ الضرب القوى الموجه الساحق ؟
- ❖ *How to execute the hard driven spike?*
- ❖ إستكشاف الضرب القوى الموجه (الساحق) وتصحيحها
- ❖ *Error Detection and correction for hare driven spike*
- ❖ تطوير الضرب (الهجوم) على اليد وبعيداً عن اليد
- ❖ *Development of on hard and off hand spiking (Attacking)*
- ❖ كيفية تنفيذ الضرب على اليد وبعديا عن اليد؟
- ❖ *How to execute on hand and off hand spike?*
- ❖ مفاتيح النجاح فى الضرب
- ❖ *Keys to succuess of spike*
- ❖ استكشاف الأخطاء المصاحبة بضرب الكرة (على) اليد وبعيد عنها
- ❖ *Detecting on hand and off hand spike error's*

الهجــوم
Attack

الهجوم والعوامل المؤثرة في الهجوم

يعتبر الهجوم في الكرة الطائرة أحد الأمور الهامة التي تبين مدى تناسق إتقان اللاعبين لمجموعة المهارات المختلفة، فهو تلك العملية المترابطة لمجموعة من المهارات التي تبدأ بالإرسال ثم الاستقبال ثم الإعداد فالضرب الهجومي وذلك في تناغم وتناسق رائع وسلسلة مترابطة من الأحداث المهارية التي لا يمكن الفصل بينها في أي حال من الأحوال، كما لا يجوز تقديم خطوة أو مرحلة من هذه المراحل عن الأخرى.

كما يشير الهجوم إلى الترابط المهاري بين أفراد الفريق الواحد، ليظهر هذا الترابط في عمل جماعي يتسم بالهادفية والانسيابية في الأداء لذلك كان على كثيرا من المدربين والمتخصصين في مجال تعليم وتدريس وكذا تدريب الكرة الطائرة أن يهتموا بهذا الجانب الهجومي، الذي يبرز قوة الفريق وتماسك أعضاءه من خلال الاستغلال الجيد للترابط المهاري، ولا يكتفي بذلك فقط، بل يمتد الأمر إلى ضرورة إتقان وتثبيت المهارات الهجومية التي تعتبر مفتاح الهجوم وختامه ، الطريقة المثلى التي تبين فوق الفريق. وكم من الفرق أجادت المهارات المختلفة من إرسال ثم الاستقبال فالإعداد، وفشلوا في إتمام الهجوم لافتقادهم إلى مهارات الهجوم وعدم إتقانهم لها، لذلك فينصح جميع المتخصصين في مجال الكرة الطائرة من تدريس وتدريب بضرورة إجادة اللاعبين لجميع المهارات على قدم المساواة ولا يتم ذلك إلا بإدراك وفهم جميع اللاعبين بالثلاث طرق الهجومية والخاصة بالهجوم كمثال الضرب الهجومي بأطراف الأصابع المصاحب لحركة رسغ اليد لأسفل والمعروف بالدنك ***The dink***، كذلك الضرب الهجومي بالسرعة المحدودة فهي الكرة المضروبة ولها دوران لأعلى ***Top spint*** ولكن بأقل قوى قصوى ***The off speed spike***، وأخيرا الضرب الهجومي الموجه بحدة (الخاطف) ***The hard driven spike***، ولا يكتفى بذلك فقط بل يجب عليهم أن يعرفوا حقيقة هامة وهي أن تباين

وتنوع الهجوم هي أفضل الطرق، لخلخلة واهتزاز التوقيت الدفاعي للخصم في الموقف التنافسي.

إنه من المؤسف حقا أن كيرا من اللاعبين لا يتبصروا ولا يتأملوا بشيء من التركيز ودقة الإتقان الهادي لنوع من الهجوم يعتبران غاية في الأهمية وهو النوع الخاص بالضرب بالسرعة التي تجعل الكرة المضروبة لها دوران لأعلى **Top spin** ولكن بأقل قوة قصوى لها ***off speed attack its max in on force***، وكذلك النوع الآخر المعروف ***Dink spike***، كشيء له قيمته ويماثل نوع آخر من الضرب الهجومي المعروف باسم الضرب بحدة وقوة (الموجة) ***A hard driven spike***، والمعروف في مجال الكرة الطائرة بالضرب الساحق، أو الضربة الهجومية المستقيمة الأمامية.

وعلى كل حال فإن أفضل المهاجمين هم هؤلاء اللاعبين الذين يزيد الشوق والرغبة لديهم في توجيه ضرباتهم على مراكز دفاع أو مناطق دفاع خصومهم، كما هم أيضا هؤلاء اللاعبين، الذين لديهم المقدرة في امتلاك أفضلية ومنفعة ***To take advantage***، وذلك فيما يختص بنقاط الضعف الدفاعي، ولا يتسنى لهم ذلك إلا باستخدامهم لجميع طرق الهجوم الثلاث السالفة الذكر.

ومنطلق العرض السابق يعتبر الهجوم في الكرة الطائرة أحد السمات أو الخصائص التي تميز أي فريق كرة طائرة فكثيرا ما نسمع من الكثير أن هذا الفريق يتميز بالهجوم من مراكز كذا وكذا، أو هذا الفريق يتميز بأدائه العالي للهجوم السريع.. إلخ من الخصائص التي تميزه من غيره من الفرق الأخرى، وعموما فالهجوم الناجح في الكرة الطائرة هو ذلك الهجوم الذي يتسم بالتوافق التام لحركات اللاعب المستقبل للإرسال ثم اللاعب المعد. فالمهاجم وأخيراً تغطيه هذا المهاجم، وذلك في تناغم وسلاسة تميز الست لاعبين المشكلين للفريق الواحد. ولهذا فإن معظم فعالية الجهد المشترك والعقلانية وترجع إلى مجهود الفريق.

ويتفق معظم المتخصصين والخبراء في مجال تدريس وتدريب الكرة الطائرة بمختلف مستوياتهم على أن هناك عاملين أساسين يلعبان دورا هاماً في هجوم الفريق وهما:

العامل الأول:

الحصول على نسبة عالية من أشكال الضرب المختلفة من النماذج الأساسية السابق الإشارة إليها مثل:

- الضرب بطريقة الـ ***Dink*** (الضرب لأسفل بأطراف الأصابع).
- الضرب بالسرعة المحدودة مع دوران الكرة لأعلى ولكن بأقل قوة قصوى ***The off speed spike***.
- الضرب في متناول اليد ***On hand spike***.
- الضرب بطريقة موازية لخط الجانب ***Down the lone soike***.
- ضرب الخفيف والمعروف ***Tips***.
- ضرب الطرقعة صدور صوت طرقعة أو صفع المعروف باسم ***Bump***.
- ضرب القطرى ***Cross Court*** القاطع للملعب.

العامل الثاني

التغطية الملائمة للكرات الهجومية المرتدة من حائط الصد مع ضرورة أداء توازن دفاعي.

فكلا العاملان العامل الأول، والثاني، يجب أن يستخدما في الهجوم على حائط صد الفريق المنافس، شرط أن يكون ذلك باستمرار يصاحبه الفعالية في الضرب الهجومي، بغية شل حركة الفريق المدافع، مع المحافظة على الإيقاع الهجومي للاعبي الصف الأمامي المهاجمين في أعلى صورة له، وفي

نفس الوقت يجب أن يتذكر هؤلاء اللاعبين المهاجمين صرورة النقاط التالية عند إتمام الهجوم.

١- المكان الملائم الذي سوف يتم تنفيذ الاستراتيجية الهجومية منه.

٢- التنويع المستمر في الضربات الهجومية.

٣- التوقيت الملائم والمناسب لإتمام هذا الهجوم.

٤- السرعة المناسبة والدقة في توجيه الكرات الهجومية.

٥- استغلال نقاط الضعف في الفريق المدافع خاصة ما يتعلق بخط الدفاع الأول (المتمثل في حائط الصد).

٦- ضرورة الاستخدام الجيد للتركيبات الهجومية والمستنبطة جيدا والتي تؤدى بدرجة عالية من المهارات.

٧- ضرورة استغلال الحركات الفردية التي يتميز بها بعض اللاعبين خاصة وإن كانت حركات أساسية فردية راسخة.

أنظمة الهجوم الفريقي

وفي الحقيقة تعتمد معظم أنظمة الهجوم على مجموعة من النقاط يجب أن يهتم بها جميع المدربين بمختلف مستوياتهم والمتمثلة في الآتي:

١- أن يجيد معظم اللاعبين المهاجمين أشكال الضرب المختلفة ومن الأماكن المختلفة.

٢- أن يختار كل لاعب مهاجم الأشكال التي يجيدها إجادة تامة للبدء بها.

٣- أن يعمل كل من المعد واللاعبين المهاجمين معا حتى يمكن الحصول على نسبة عالية من الضرب الهجومي.

٤- استغلال بعض الفرص الفردية للحركات الفردية بعيدا عن العمل الجماعي.

٥- ينتهي العمل الهجومي بتحقيق نقطة للفريق المهاجم.

استراتيجية الهجوم Strategies of Attack
الضرب Spike

تتميز الاستراتيجية الخاصة بطرق اللعب في الكرة الطائرة بطبيعة خاصة عن سائر باقي الألعاب الجماعية الأخرى نظرا لطبيعة أداء مهارات هذه اللعبة. وقد انعكس ذلك على كل من طرق الهجوم والدفاع في الكرة الطائرة، إلا أن ما يهمنا وما سوف نبدأ به هو الهجوم، فالهجوم في الكرة الطائرة يتمثل في ثلاث طرق (ليس المقصود هنا طرق اللعب الهجومي المعروفة مثل طريقة الضرب من مركز (٢، ٣، ٤) وكيفية التغطية، (ولكن المقصود هنا في طريقة الضرب أو كيفيةالضرب الهجومي) عموما كل واحدة من هذه الطرق الثلاث يمكن أن يكون فعالا أو مؤثرا بدرجة كبيرة.

أن أول هذه الطرق التي يجب أن يتعلمها لاعبي (مبتدئي) الكرة الطائرة هي:

الضرب الهجومي (لأسفل) *The Dink*:

وقد يتبادر إلى الذهن أن هذا النوع من الهجوم يبدوا وفي الغالب كاستعراض أو مناورة دفاعية ***as a defensive maneuver***، يمكن أن يؤدي عندما تكون الحالة الخاصة بالضاربين ليست صحيحة أو سليمة بالنسبة للقوة الكاملة للهجوم.

على كل حال فإن طريقة الهجوم المعروفة باسم ***The dink*** (التي تتميز بسقوط الكرة عند ضربها بأطراف الأصابع لأسفل) يمكن أن تبدو كأداء هجومي مؤثرا أيضا عندما يكون هناك عيب بالنسبة للنماذج الخاصة بدفاع الفريق الخصم خاصة في منطقة الدفاع الخلفية.

الطريقة الثانية هنا والتي تعتبر الاختبار الثاني ***The second option*** المهاجم هي المعروفة بالضرب بأقل قوة من القصوى مع دورانها إلى أعلى ***The off speed spike***، وكما يشير الاسم أو يتضح من الاسم إن هذا النوع من الضرب نجد فيه أن أقل قوة قصوى تبلغ أثناء اللمس ***Less than Maximum force is imported at contact***، ويكون بذلك شبيها للضرب الـ ***The dink***، ويعتبر هذا النوع من الضرب أيضا ذو أداء هجومي مؤثرا بنسبة مقبولة، كما أنه يمكن أن يستخدم خاصة في حالة وجود عيب في توقيتات نماذج الدفاع المختلفة الطريقة الهجومية الثالثة) هي الهجوم القوى الموجه (المعروف بالساحق (المدمر) ويطلق عليه ***The hard driven spike*** وهذا النوع من الضرب هو الأكثر إثارة عند لعب أو ممارسة الكرة الطائرة، كما أنه يعتبر أيضا احد المهارات الهجومية الصعبة بالنسبة لجميع الرياضات أو الألعاب الجماعية الأخرى، ونظرا لأهميتها بأن ينصح بتعلمها حتى تصح كاختيار ثالث بالنسبة للضاربين أو المهاجمين له أهميته.

ولتنفيذ أو عمل ضرب كامل ناجح ***Successful spike***، يجب على اللاعب وهو في الهواء (ويحاول أن يكون ذلك لأطول فترة في الهواء)، ثم بحدة يضرب جسم أو عائق والمتمثل في الكرة، شرط أن هذا الهدف يكون فوق عائق آخر (الشبكة مثلا) وهذا جميعه يجعل الكرة تهبط داخل منطقة محدودة (الملعب).

إلا أن هذا لا يمنع أن هناك العديد من العوامل المشاركة بالنسبة للضرب، ويمثل العامل الأكثر أهمية (أو استحقاقا) للضرب، هو العامل الخاص بالتوقيت، فهو عامل صعب وناجح يستلزم ساعات طويلة من التدريب ليصبح عامل مؤثرا وليس (العكس).

لماذا يكون الهجوم هاما *Why is the attack important*

عندما يكون في استطاعة خصمك (الفريق المنافس) القدرة على الاستطلاع الجيد وكذا (التسيد) الخاص بمعرفة توقيت الضرب الخاص بك بمعنى آخر توقيتك الهجومي، فإن مهارة مثل مهارة الضرب لأسفل *The dink* يستطيع أن يوقفها عن طريق الحراسة (الدفاع) الكامل للخصم.

إلا أنه يصبح من الأكثر صعوبة تغطية الملعب، دفاعيا، خاصة، عندما يحاول أي فريق مهاجم أن يكون مغالا أو مؤثرا في الضرب، هذا لا يتأتى إلا من خلال مزج أو خلط لعامل السرعة بالهجوم، واللاعب المهاجم المستخدم لطريقة والضرب لأسفل الـ *The dink* الجيد هو الذي *Breaks the back* (يرجع عكس بالظهر)، وربما يحسن ذلك من قوة دفع (المصادمة *momentum*) الهجومية.

فالفريق المهاجم الناجح عادة ما يحاول أن يكون لديه حرية الاختيار الهجومي، بمعنى آخر أن يكون لديه أكثر من نوع أو طريقة للضرب الهجومي قدر الإمكان.

إن الضرب الهجومي المعروف باسم (السرعة المحدودة) *The of speed spike* والذي يقصد ضرب الكرة *Spike* بحيث يكون دورانها لأعلى *Top Spin* ولكن بأقل مصدر يكون عادة مشابها في تأثيره للضرب الساحق الهجومي لأسفل *(The dink)* ولكن ضربة في العادة يكون أعمق لداخل ملعب الخصم، ويلاحظ عند تنفيذ هذا النوع من الضرب يكون التأكيد، فيه على موضع (مكان) سقوط الكرة عن الاهتمام بالقوة *rather than power* فالمهاجم في مثل هذا النوع من يأمل أن يرغم اللاعب المدافع على أن يتحرك من وضع البدء الدفاعي، هذا بالتالي بجعله يرتكب خطأ، وذلك عند محاولته لعب الكرة.

أما بالنسبة للضرب القاسي (القوي) والموجه *The hard driven spike* فيكون هو السلاح الهجومي الفعال في الكرة الطائرة، ومعظم الفرق أو أغلبها تستطيع أن تحقق أعلى معدل للنقاط من خلال استخدامها لمثل هذا النوع من الضرب ويلاحظ عند أداء هذا النوع من الضرب أن الضربة فيه تأخذ فترة أو

زمن قليل لتصل إلى الأرض من أيدي الضارب، ولذلك فالوقت يعتبر قصيرا بالنسبة للاعبي الدفاع لكي يتحركوا تجاه الكرة، وللتغلب على هذه المشكلة نرى أن استراتيجية الفريق المدافع تعتمد على لاعبين معينين في الملعب بطريقة استراتيجية وأكثر واقعية قبل لمس الكرة للضارب.

إن إتقان مثل هذا النوع من الضرب الهجومي ***The hard driven spike*** يضفي إثارة كبيرة للمباراة، وهذه الإثارة بالتالي يتفاعل معها جمع غفير من المشاهدين.

اعتبارات هامة في استراتيجية الهجوم

١- على كل اللاعبين المكلفين بإتمام الهجوم من المراكز المخصصة لذلك، وهي مراكز (٢، ٣، ٤)، أن يحرزوا نسب عاليا من الضرب الهجومي من هذه المراكز أولا، يليهم لاعبي المنطقة الخلفية الذين يجيدون الضرب من هذه المنطقة (منطقة الدفاع).

٢- يجب على اللاعب المهاجم والمكلف بإتمام الضرب أن يكون في المركز أو الموضع، وفي التوقيع المناسب مع اللاعب المعد، حتى يتسنى له إتمام الضرب الهجومي بالطريقة المثلى.

٣- على كل اللاعبين المهاجمين المكلفين بإتمام الهجوم من المراكز المخصصة لذلك الاعتماد على نظرية هامش الأخطاء، وخاصة عند أداء الضرب، وليس الانغماس في هذه الأخطاء، حتى لا تصبح ملازمة لهم.

٤- على اللاعبين المكلفين بإتمام الهجوم معرفة كيفية التحرك من خطوات الاقتراب السليم أو مراقبة قوس طيران الكرة المعد.

٥- الاقتراب المتقن هو عندما تكون الكرة في منتصف المسافة بين اللاعب المعد والمهاجم، أو فور مغادرة الكرة يد اللاعب المعد.

٦- على اللاعب المهاجم أن يعرف كيفية تغيير اتجاه جسمه في الهواء وأسباب هذا التغيير.

٧- على اللاعب المهاجم أن يعرف مسبقا مسئولية أن الضربة الثالثة للفريق تقع على عاتقه وعليه الانتهاء منها بالصورة التي تسعد فريقه والمتمثلة في تحقيق نقطة.

٨- على كل لاعب مهاجم أن يكون صريحا مع نفسه ويعرف قدرته في الضرب وإتقان معظم مهارات الضرب ولكن ليست على مستوى واحد من الأداء.

٩- على كل لاعب المعد ***Setter*** ان يعرف أن العلاقة بينه وبين اللاعبين المهاجمين علاقة إيجابية ووطيدة إذا عليه أن يعرف أماكنهم المفضلة للضرب وكذا أقواس طيران الكرة المعدة والتي تتناسب وإمكانيات كل منهم.

١٠-على اللاعب المهاجم أن يعرف أنه بجانب هدفه الأساسي هو تحقيق نقطة إلا أن هذا لابد أن يصاحبه مضايقة (بلبلة) الدفاع الخصم بطريقة تحبطه.

١١-على جميع اللاعبين والمكلفين بتغطيتهم أن يروا الصورة العكسية للهجوم واضحة، حتى يتسنى معرفة إيجابياتهم وسلبياتهم سواء أثناء الضرب (إتمام الهجوم) أو التغطية.

١٢-بصفة عامة يجب أن يتسم الهجوم بالمرونة البعيدة عن التشدد والعصبية والانسيابية الدالة على السلاسة في الأداء، وسرعة تغيير البناء الهجومي بما يتفق وما يتخذه الخصم من استراتيجية مفاجئة لإيقاف هذا الهجوم سواء دفاعية أو هجومية مضادة.

١٣-على اللاعبين المكلفين بإتمام الهجوم أن يعرفوا أن عليهم مواجهة جميع أنواع الدفاع.

١٤-الهجوم يجب أن يتميز بالتوقيت الجيد والحركات المستمرة والمتناسقة من اللاعبين المهاجمين وكذا المدافعين المكلفين بالتغطية.

١٥-الهجوم والارتفاع بشدته وحدته يساعد على زيادة إيقاع المباراة ويخلق فرصا عديدة من الأخطاء الفريق المنافس.

١٦-نجاح هجوم المباراة السريع والذي يتسم بالعدوانية (الخشونة) يساعد اللاعبين على لعب الدفاع بقوة وعنف وكفاح، هذا من شأنه أن يعمل على تقليل نسب فقد الكرة لصالح الفريق.

١٧-هجوم المباراة يساعد اللاعبين على زيادة دافعية اللاعبين نحو تركيز أفضل وبمجهود عالي، يصاحبه استعدا وكفاح مرير للدفاع سواء كان فردي أو جماعي، حيث تظهر الفدائية الفردية من خلال بعض البعض الفردية لدى البعض.

كيف تنفذ الضرب الهجومي الموجه لأسفل بأطراف الأصابع بطريقة الـ *Dink*؟

How to Execute the dink?

تمثل مراحل أداء الضرب الهجومي والمتمثلة في الاقتراب ***approach*** الوثب ***Jump*** الطيران ***Flaying***، الضرب ***Spike on hit***، الهبوط ***Londing*** أمر غاية في الأهمية لجميع أنواع الضرب الثلاث السابق الإشارة إليه، وهذه المراحل الفنية الخمس مرتبط ببعضها البعض ولا يمكن الفصل بين أي منها، كما لا يسمح لأي لاعب بإتقان مرحلة دون أخرى تجميعها سلسلة من الحلقات تتصل بعضها البعض فالأولى تمهد للثانية والوسط للتي تليها، وهكذا.

إلا أننا نلاحظ أن مرحلة الاقتراب في أنماط أنواع الهجوم الثلاث السابق ذكرها، تكون في العادة واحدة، والسؤال الذي نطرحه لماذا؟

لأن هذا الاقتراب يزيد من قوة وارتفاع الوثبة، كما أنه يزيد من القوة العضلية وبالتالي نستطيع أن يكون اللاعب قادرا على بلوغ أو الوصول إلى الكرة.

أما بالنسبة للإعداد العالي المعروف ***The high set***، فنلاحظ فيه أن المهاجم يبدأ اقترابه على بعد ٢,٥ إلى ٣م من على خط الهجوم أو خط الـ ٣م، وينتظر المهاجم إلى أن يكون الإعداد (أو الكرة المعدة) في منتصف المسافة

بينه وبين المعد، ثم حينئذ يتحرك المهاجم اتجاه الإعداد، (بمعنى آخر أن المهاجم يأخذ في التحرك فور مغادرة أو ترك الكرة ليد اللاعب المعد).

إن مرحلة الاقتراب ***Approach*** من الشبكة تعني تغطية المسافة من خط الـ ٣ م وحتى خط المنتصف، وذلك من خلال تنفيذ خطوات جديدة قدر الإمكان، مع ملاحظة أن آخر خطوتين هما الأكثر أهمية حيث تكون الخطوة الأولى قصيرة والأخرى طويلة وعميقة، وفي الخطوة العميقة يحاول اللاعب أن يجعل كلا القدمان يأخذن الارتقاء ***take off***، ويتم ذلك بواسطة وضع كعب أو مؤخرة القدم اليمنى (كما لو كانت بصمة) أولا، ثم أحضر قرب موضع القدم اليسرى بجوار القدم اليمنى أو يتم أخذ قفزة على كلا القدمين، وبمجرد ما تكون هناك بصمة ***Planting*** من كلا القدمين، غير القوة الدافعة الأمامية ***The forward momentum*** إلى قوة دافعة لأعلى ***The up word momentum*** ، هنا تمرجح الذراعان في حركة تمهيدية أو تحضيرية للقيام بالوثب، المرجحة لكلا الذراعين للأمام والوصول بهما عاليا تجاه الإعداد، وذلك كله يتم بمجرد ما وثب اللاعب باستقامة لأعلى.

يتم سحب الذراع الضاربة للخلف، مع جعل المرفق (الكوع) عاليا واليد قريبة من الأذن، وبمجرد ما تمرجح الذراع الضاربة تجاه الكرة، اجعل الذراع أو اليد الأخرى تسقط بسرعة إلى مستوى الوسط.

وبرفق يتم لمس الكرة مستخدما المفاصل السفلى لإصابة اليد (ليس أطراف الأصابع)، وبخفة على ذلك أمام الكتف الضارب (كتف اليد أو الذراع الضاربة)، ثم يمد الذراع بالضارب بالكامل، ولمس الكرة بخفة أسفل منتصفها الخلفي ***Blow center Back***، ووجه الكرة لأعلى بدرجة كافية لأعلى، بالكاد تعدى حائط الصد ***To Barely clear to Block***، ولكنها مازالت تسقط بسرعة إلى الأرض.

يتم العودة (الهبوط) إلى الأرض من خلال الهبوط أعلى كلا القدمين، انظر شكل.

الضرب *Spike*

مفاتيح النجاه في الضرب لأسفل *Keys to success Dink*

المراحل الفنية الثلاث للضرب

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre Contract*

شكل الاستعداد *Pre Parathion Phase*



شكل(٣٥)

يجب على المدرب أو المدرس كذا اللاعب مراعاة النقاط التالية عند تنفيذ وضع الاستعداد:

١- انتظر على خط الهجوم.

٢- راقب المعد.

٣- العينان على الكرة بعد الانتهاء من الإعداد.

٤- وزن الجسم للأمام.

٥- توقع الاقتراب تجاه الشبكة.

شكل التنفيذ ***Execution Phase***



شكل (٣٦) شكل (٣٧) شكل (٣٨) شكل (٣٩)

ويلاحظ في هذه الخطوة ضرورة مراعاة مجموعة الاشتراطات التالية:

١- ابدأ في الارتقاب عندما تأخذ الكرة شكل القوس.

٢- غطي مسافة الاقتراب بخطوات عديدة.

٣- الخطوتان الأخيرتان اجعل فيها اليمين قريبة من اليسرى أو خطوة وثب.

٤- الذراعان تمرجحان خلف إلى مستوى الوسط.

٥- كلا الذراعين يتمرجحان إلى الخلف.
٦- كلا الذراعين يتمرجحان عاليا تجاه الكرة.
٧- لمس الكرة يكون أمام الكتف الضاربة.
٨- التلامس أو اللمس يكون بالمفصلين السفليين وليست بأطراف الأصابع.
٩- اللمس يتم على الجزء السفلي الخلفي لمنتصف الكرة.
١٠-اللمس بالذراع في الامتداد الكامل لها.

المرحلة الختامية (بعد اللمس) ***After Contract***

شكل المتابعة ***Follow Through Phase***

وفي هذه الخطوة يراعى الاشتراطات التالية عقب الانتهاء من تنفيذ الضرب.

١- اليد تتابع الكرة إلى الهدف.
٢- الهبوط على كلا القدمين.
٣- عند الهبوط يراعى ثني الركبتين قليلا (حيث تعمل كوسادة *Couahio*) للامتصاص أثناء الهبوط.



شكل (٤٠)

استكشاف الأخطاء الخاصة (بالدنك) وتصحيحها:

Error Detection and Correction for the dink:

إن مهارات الضرب الهجومي من المهارات الأساسية الهامة التي يجب أن يجيدها معظم اللاعبين على قدم المساواة، فإذا كانت مهارة مثل الإرسال تعتبر مفتاح نجاح في اللعب، فالضرب الهجومي هو ختام مجموعة من المهارات المنفذة بدقة، يجب أن ينتج عنها تحقيق نقطة وتعتبر المهارات الهجومية (الضرب الهجومي) بجميع أنواعه من المهارات الصعبة التنفيذ، ولذلك يطلق عليها المهارات المركبة، حيث فيها الجري والاقتراب ثم التوقف فالوثب إلى الصعود وأيضا إلى أعلى ثم الضرب والهبوط.

وكما سبق الإشارة إلى أن أفضل شكل أو توصيف لمهارة الضرب بطريقة الضرب مستخدما أطرف الأصابع مع حركة ثني مفصل رسغ اليد لأسفل بسرعة أو ما يسمى بالدنك ***Dink*** المهاجم فيها واضعا الكرة بجوار أو خلف حائط الصد ***Platement***، أيضا هي مهارة يقوم فيها لاعب الكرة الطائرة بتعديل سلوكه المهاري في كيفية أو تشبيه لتكون مثل مهارة الإعداد بيد واحدة.. ***a one handed set***، ولكن مع ضرب وتوجيه الكرة بسرعة إلى ملعب الخصم، ويلاحظ في هذا النوع من الضرب أنه عادة ما يوجه قليلا لأعلى في بدء ضرب الكرة والمغزى في هذا هي الهروب من حائط الصد، حيث أن هذه الطريقة تجعل الكرة تسقط بسرعة بجوار أو على جانبي المكلف بالصد.

وجديا نجد أن مهارة الضرب بطريقة الدنك ***Dink***، والمعروفة بطريقة ***The new dink***، تتسم بالقوة أو تدخل فيها عامل القوة ويطلق عليه ***The power dink*** حتى تصبح أو تدخل ضمن ***Vogue***، ولكن مع ملاحظة ان هذه القوة أقل من القصوى.

إن ضرب الدنك القوي ***The power dink*** يكون باستخدام أكثر فاعلية وكفاءة للقوة، وبذلك يكون عند حسن توجيه وامتياز أدائه موازي للضرب الهجومي المعروف بـ ***as spike***.

لذلك يجب على كل من المدرس والمدرب أن يعمل جاهدا على تعليم كل مرحلة من هذه المراحل على حدة ثم يحاول أن يربط بين هذه المراحل في سلاسة تامة بما يضمن نجاح الإنجاز في الضرب.

ولما كانت هذه المهارة بالغة الأهمية بحيث أنها توازي الضرب الساحق ***spike or smash*** فإن احتمال ارتكاب الأخطاء يكون أمرا متوقعا خاصة عند بدء تعلم مثل هذا النوع من الضرب، الأمر الذي دعا أن يكون الغرض من هذا الجزء الذي سوف نتناول الآن هو محاولة استكشاف الأخطاء التي من الممكن أن تحدث عند تنفيذ هذا النوع من الضرب المعروف بالدنك، مع ملاحظة أن هذه الأخطاء عادة ما تظهر في النوع السهل منه ***with only the softer dink***، وعليه فإننا سوف نخصص لهم باستكشاف الأخطاء في هذا النوع، وتصحيحها وذلك في صورة جدول يحتوي على كل خطأ يمكن أن يحدث وكيفية تصحيحه، إيمانا منا بأن الاهتمام بتصحيح هذه الأخطاء سوف يسهل علينا فيما بعد تنفيذ وتسيد النوع الآخر والمعروف باسم ***the power dink.*** الدنك القوي.

إن معظم أخطاء الضرب بطريقة الـ ***dink*** ترجع جميعها في العادة إلى وضع اليد الضاربة الذي يكون غير مناسب أو غير ملائم بالنسبة لاتجاه الكرة، ولا يقتصر الأمر على هذا فقط، بل يمتد هذا الخطأ ليشتمل أو ليكون سبب الافتقار إلى الوقت المناسب لإتمام خطوات الاقتراب، ولإنجاح الضرب الموجه لأسفل ***drink*** يجب أن يكون مناسب أو ملائما لمقدرتك الحقيقة والخطة التي سوف تستغلها عند إتمام الضرب.

وفي مرحلة الوثب لأعلى وحتى تلمس اليد الكرة يجب أن يكون الاقتراب هو نفسه تماما كما هو بالنسبة للضرب؟

لذلك فقد رأى المؤلف محاولة استكشاف أكثر الأخطاء حدوثا عند إتمام مثل هذا النوع من الضرب وجدولتها، موضحا أمام كل خطأ كيفية تصحيحة.

جدول

استكشاف الأخطاء الخاصة بالضرب (الدنك) وتصحيحها

Error Deletion and Correction for the dink

التصحيح *Correction*	الخطأ *Error*
١- يجب أن يكون بعيدا عن الشبكة بمدار من ١-٣ قدم بعيدة عنها. يجب أن تلمس الكرة ي الجزء الخلفي السفلي لها مع الامتداد الكامل للذراع الضاربة، شرط أن يكون ذلك بظهور عزم وعاليا تماما حتى يستطيع خداع الصد.؟	١- الضرب بطريقة *dink*، خاطفا بحيث لا تقع في الأرض بسرعة كافية.
٢- يجب أن تلمس الكرة قريبة من الجسم، وبالتحديد أمام الكتف الضاربة تماما، كما يجب أن يكون لمس الكرة (نقطة تلاقي الكف بالكرة) في الجزء الخلفي لها *on its lower back half* شرط أن يكون الذراع في كامل امتدادها للضرب.	٢- الكرة تتجه داخل الشبكة، ولا تكون ظاهرة أو واضحة *clear* بالنسبة للاعب الصد.
٣- يجب أن يكون لمسك للكرة عندما تكون أمامك (أمام كتفك الضاربة) تماما، تكون الكرة في المسافة الواسعة التي أمامك، بينما المسافة هذه لو كانت أسفل (رأسك) فإن الكرة سوف تسقط	٣- الكرة تذهب إلى داخل الشبكة *into net*.

الخطأ **Error**	التصحيح **Correction**
	قبل لمسها، والفرصة العظيمة للضرب سوف تبدو ويكون الضرب في الشبكة.
٤- الكرة لا تكون واضحة المعالم على حائط الصد *the ball does not clear the block.*	٤- اجعل لمس الكرة في منتصف الجزء الخلفي السفلي لها والذراع الضاربة في كامل امتداد لها.
٥- اللاعب يوقف اقترابه وينتظر الكرة.	٥- الأفضل للاعب الضارب ألا يبدأ في الاقتراب إلا عندما تكون الكرة في منتصف المسافة بين الضارب والمعد، (بمعنى آخر نبدأ الاقتراب عندما تخرج الكرة من يد المعد).
٦- اللاعب يلمس الشبكة (أو أنت (ضارب) تلمس الشبكة).	٦- إعداد الكرة يجب أن يكون على الأقل على بعد حوالي ١ قدم أي حوالي ٣٠ سم من الشبكة، ويجب عليك أن تعمل على تحويل القوة الدافعة الأفقية إلى قوة دافعة رأسية.
٧- اللاعب يضرب الكرة عاليا، وبالتالي تأخذ الكرة وقت أطول لتصل إلى الأرض.	٧- راعي لمس الكرة أمام الكتف الضارب.
٨- اللاعب المهاجم يوقف حركة	٨- لعلاج وتصحيح ذلك الخطأ،

Correction التصحيح	Error الخطأ
يجب على اللاعب المهاجم أن ينتظر حتى يصل الإعداد (الكرة المعدة) إلى أقصى نقطة ارتفاع لها.. *Highest point*، وذلك بالنسبة لقوس طيرانها، وذلك حتى يتسنى له معرفة التوقع *prediciting*، أين يذهب الإعداد (الكرة المعدة) حينئذ يقوم بالاقتراب إلى هذه النقطة.	الاقتراب *approach* فجأة، وينتظر الإعداد (أو الكرة المعدة) مما يضطره للقيام بأخذ خطوة خلفا ليكون متوائم مع الإعداد.
٩- يجب على اللاعب المهاجم أن يستخدم حركة تثبيت اللعب جيدا، وبطريقة سليمة بمعنى *a good hial plant*، فإن هذا ما يجعله له القدرة في تحويل قوة الدفع الأمامية *fore ward momentum* إلى قوة دفع لأعلى *up word momentum*، كما أن الإعداد؟؟؟؟؟	٩- اللاعب المهاجم يلمس الشبكة.

قائمة مفاتيح النجاح الضرب الهجومي لأسفل (من حركة رسغ اليد)

Dink keys to success Check list

عند أداء الضرب الهجومي بطريقة الضرب لأسفل المعروف ***dink***، فعلى كل لاعب يقوم بالتنفيذ أو كل مدرب أو مدرس يقوم بالتدريب أو التدريس أن يجعل نصب أعينه الآتي:

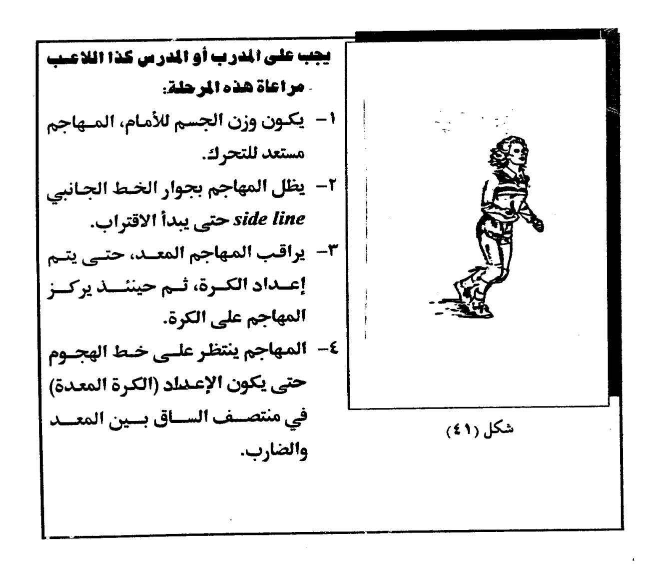
- أن هناك أمر هام يجب ألا يفوتهم عند أداء هذه المهارة وهو أنه يجب على اللاعب أن يثبت إلى أعلى نقطة يستطيع أن يصل إليها، ورياضيا يجب أن يكون في مخيلة هذا اللاعب أن هذا الوثب يجب أن يكون أعلى من حائط صد الخصم، حتى نضمن بذلك نجاح الأداء المهاري لهذه الضربة الهجومية.
- الأمر التالي: يجب أن يكون جسم اللاعب بجوار الكرة، وحتى يكون في إمكان توجيه الكرة الى أكثر من نقطة مناسبة ***advarntageaus***، أو بمعنى آخر أكثر المناطق مكسبة بالنسبة لملعب الخصم.
- الأمر أو النقطة الأخيرة، هي التي تتعلق باللاعبين الدوليين ***(Officials)*** أو تجاوزا هم اللاعبين الأكثر خبرة ودراية نتيجة طول مدة الممارسة)، وكن حريصا مهم فهم الذين سوف يكونوا دائمي النقد بالإشارة أو الكلام أو الصياح على ذلك اللاعب الغير مؤدي لهذه المهارة بالصورة الصحيحة أو المناسبة والملائمة للموقف، هذا الأم يحدث في العادة عند محاولة اللاعب أن يغير اتجاه الكرة خلال أداؤه المهارة ***dink***، وهذا يكون مرجعه في الغالب بسبب أن يد اللاعب تلمس الكرة لفترة أطول من اللازم ***The hand to be contact with ball to long***، والتي نستطيع أن نشبهها كما لو كانت معلقة مع الكرة.

ونظرا لأهمية هذه الضربة ***The dink*** فقد حاولنا هنا مساعدة ثلاثي النجاح في اللعبة وهم المدرب أو المدرس واللاعب، وذلك من خلال قائمة

مراجعة للثلاث مراحل فنية الثلاث وضع الاستعداد *(Preparation phase)* بمعنى آخر قبل لمس الكرة *Befor contact* والثانية تنفيذ الوضع *Execution phase* مرحلة اللمس *(The contact)*، المرحلة الأساسية، وأخيرا المرحلة الختامية بعد الانتهاء من اللمس والمسماة (متابعة الوضع *Follow through phase* وذلك في شكل جداول مع الاستعانة ببعض الرسوم التوضيحية المرقمة التي تساعد على سهولة وسرعة وإتقان المهارة.

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre Contract*

شكل الاستعداد قبل اللمس *Pre Parathion Phase Before contact*



يجب على المدرب أو المدرس كذا اللاعب مراعاة هذه المرحلة:

١- يكون وزن الجسم للأمام، المهاجم مستعد للتحرك.

٢- يظل المهاجم بجوار الخط الجانبي *side line* حتى يبدأ الاقتراب.

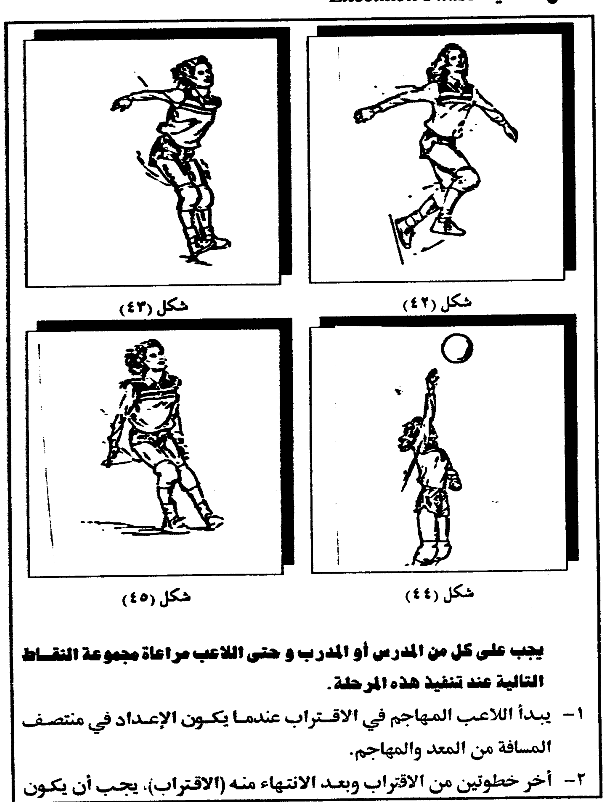
٣- يراقب المهاجم المعد، حتى يتم إعداد الكرة، ثم حينئذ يركز المهاجم على الكرة.

٤- المهاجم ينتظر على خط الهجوم حتى يكون الإعداد (الكرة المعدة) في منتصف الساق بين المعد والضارب.

شكل (٤١)

المرحلة الأساسية (اللمس) *The Contract*

شكل التنفيذ *Execution Phase*



شكل (٤٢) شكل (٤٣)

شكل (٤٤) شكل (٤٥)

يجب على كل من المدرس أو المدرب و حتى اللاعب مراعاة مجموعة النقاط التالية عند تنفيذ هذه المرحلة.

١- يبدأ اللاعب المهاجم في الاقتراب عندما يكون الإعداد في منتصف المسافة من المعد والمهاجم.

٢- أخر خطوتين من الاقتراب وبعد الانتهاء منه (الاقتراب)، يجب أن يكون

خطوة اليمين قرب الرجل اليسرى لاستعداد للوثب، أو إتمام ذلك كله في خطوة وثب.

٣- الكعبين يكونا كبصمة ***Planted*** لكي توقف القوة الدافعة الأفقية.

٤- الوزن يتحول مقدمة القدمين. وتمرجح الذراعان للأمام وجانبا خلفا والعدد عاليا.

٥- لمس الكرة بالذراع وهي في كامل امتدادها وأمام الكتف الضاربة.

٦- لمس الكرة يكون في منتصف الجزء السفلي لها.

٧- العينان على الكرة خلال اللمس.

المرحلة الختامية (بعد اللمس) *After Contract*

شكل المتابعة *Follow Through Phase*

على المدرب او المدرس مراعاة مجموعة النقاط التالية بعد تنفيذ المهارة الوصول إلى مرحلة المتابعة، وتتمثل في هذه النقاط:

١- متابعة اليد الضاربة في الاتجاه الخاص بضربها ***The dink***.

٢- اليد الضاربة تسقط حتى مستوى الوسط.

٣- هبوط الضاربة تسقط حتى مستوى الوسط.

٤- هبوط المهاجم على كلا القدمين.

ثني الركبتان عند لمس الأرض للمساعدة في امتصاص قوة هبوط وزن الجسم.



شكل (٤٦)

الضرب بالسرعة المحدودة (وبدوران الكرة لأعلى – ولكن مع أقل قوة قصوى) *off speed spike*

نوع آخر من الضرب الهجومي والذي يعتبر أحد الأسلحة الأكثر استخداما بالنسبة للاعب المهاجم، فهو أحد الأسلحة الهامة التي لا غنى عنها ولابد من تواجده في ترسانة اللاعب أو اللاعبة الهجومية، ولا يكتفى بذلك فقط بل يعتبر أحد الضربات الهجومية الأكثر تأثيرا ذات الاستراتيجية الهجومية العالية وأيضا التي من خلالها يستطيع اللاعب أو اللاعبة أن ينوع من طريقة هجومه.

إن مفتاح نجاح المهاجمين في إتمام هذا النوع من الهجوم ينحصر في المقام الأول في كيفيتهم تنفيذ السلسلة الخاصة بالأداء التكتيكي بطريقة سليمة بداية من الاقتراب *The approach*، الوثب *The jump*، ومرجحة الذراع *The arm swing*، مع ملاحظة أن هذه السلسلة الأدائية لا يوجد فاصل زمني بين مكوناتها أو حلقاتها، فمثلا لا يوجد فاصل بين الاقتراب ثم التهيئة للوثب فمرجحة الذراع الضاربة وكيفية الضرب بطريقة سليمة، ولذلك يجب ألا ينصب الاهتمام على مرحلة دون أخرى، وهذا من منطلق أن كل جزء يمثل أهمية كبيرة بالنسبة للجزء الذي يليه.

وهنا يجب ألا ننسى دور اللاعبين المدافعين، إذ أن تعدد أنواع الهجوم، من هجوم بطريقة الـ *Dink*، أو *Dunk* ، وكذلك بطريقة *off speed spike* لسوف يجعلهم غير قادرين على قراءة ما هو الهجوم الذي سوف يستخدم.

كيفية تنفيذ الضرب ذو السرعة المحدودة؟

How to Execute the off speed spike?

يكون تنفيذ الضرب الهجومي ذو السرعة المحدودة *The off speed spike*، تماما كما هو الحال في الضرب لأسفل الـ *The dink*، إلا أن اللمس في الضرب المحدود السرعة *off speed* عادة ما يكون ضرب الكرة فيه بمؤخرة اليد مفتوحة، قاطعا منتصف الخلفي للكرة (نقطة التقاء الكف بالكرة هي النقطة

خلف الكرة) وفي لحظة اللمس يكون رسغ اليد *shaps*، والأصابع تتدحرج فوق أعلى نقطة للكرة حتى تبلغ أو يحصل الدوران لأعلى *(importing top spin)*، والذي بالتالي لا يجعل الكرة ويلاحظ أيضا في هذا النوع من الضرب أن المرحلة الأخيرة أو الختامية الوزن بمتابعة الوضع انظر الشكل هي نفسها كما في الضرب الـ *Dink*.

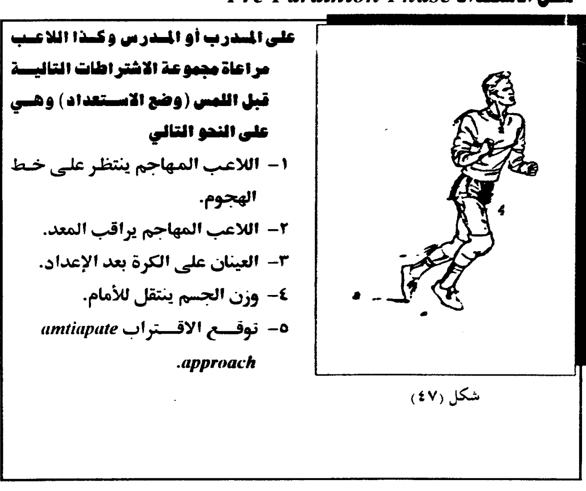
مفاتيح النجاح للضرب محدود السرعة

How to execute the off speed spike

المراحل الفنية الثلاث للضرب محدود السرعة

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre Contract*

شكل الاستعداد ***Pre Parathion Phase***



شكل (٤٧)

على المدرب أو المدرس وكذا اللاعب مراعاة مجموعة الاشتراطات التالية قبل اللمس (وضع الاستعداد) وهي على النحو التالي

١- اللاعب المهاجم ينتظر على خط الهجوم.

٢- اللاعب المهاجم يراقب المعد.

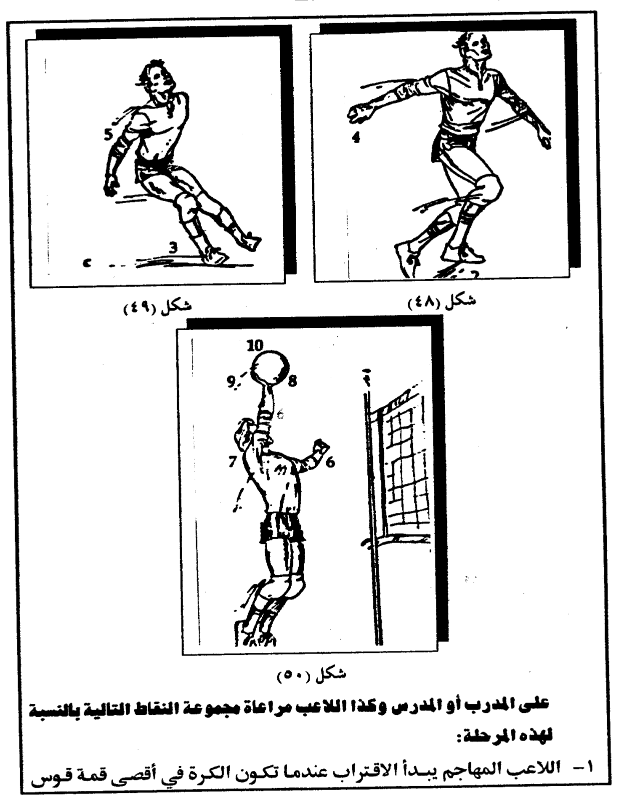
٣- العينان على الكرة بعد الإعداد.

٤- وزن الجسم ينتقل للأمام.

٥- توقع الاقتراب *amtiapate approach*.

المرحلة الأساسية (اللمس) *The Contract*

شكل التنفيذ *Execution Phase*



شكل (٤٩)

شكل (٤٨)

شكل (٥٠)

على المدرب أو المدرس وكذا اللاعب مراعاة مجموعة النقاط التالية بالنسبة لهذه المرحلة:

١- اللاعب المهاجم يبدأ الاقتراب عندما تكون الكرة في أقصى قمة قوس

طيرانها ***At the peak of trajectory***

٢- على اللاعب المهاجم **تغطية المسافة** من خط الهجوم وحتى الشبكة بواسطة خطوات عديدة (**خطوات ما قبل الخطوتين الأخيرتين**).

٣- آخر خطوتين تكون **قدم الرجل اليمنى بجوار اليسرى** أو عمل خطوة وثب.

٤- كلا الذراعين يتمرجحان **لخفا (من مستوى الوسط)**.

٥- كلا الذراعين تتمرجحان **للأمام**.

٦- كلا الذراعين تتمرجحان **عاليا تجاه الكرة**.

٧- لمس الكرة يكون **أمام الكتف الضاربة**.

٨- لمس الكرة بمؤخرة **كف اليد الضاربة مفتوحة** أو لا يتبعها بقية الأصابع.

٩- لمس الكرة في منتصفها **الخلفي**.

١٠-الأصابع تتدحرج فوق **قمة الكرة**.

١١-الرسغ بطريقة حركة لأسفل ***Snaps*** حركة طرقعة، (أو ثنيه بقوة لأسفل).

١٢-لمس الكرة بالامتداد **الكامل للذراع**.

المرحلة الختامية (بعد اللمس) *After Contract*

شكل المتابعة *Follow Through Phase*



شكل (٥٢) شكل (٥١)

على المدرب والمدرس وكذا اللاعب مراعاة النقاط التالية بعد الانتهاء من تنفيذ المهارة.

١- اليد تتابع الكرة إلى الهدف.

٢- الهبوط على كلا القدمين.

٣- ثني الركبتين لامتصاص قوة هبوط بوزن الجسم.

استكشاف أخطاء الضرب بالسرعة المحدودة (مع دوران الكرة لأعلى بأقل قوة قصوى) وتصحيحها:

Error Detection and Correction for the off speed spike:

الضرب الهجومي بالسرعة المحدودة ***The off speed spike*** شأنه في ذلك شأن أي نوع من أنواع الضرب الهجومي تحدث به العديد من الأخطاء، وعليه فإننا نجد أن معظم الأخطاء في هذا النوع من الضرب عادة ما ترتكب بنفس طريقة أخطاء أنواع الضرب السابقة والتي تكون في العادة مشابهة لثلاث طرق أخرى الخاصة بالضرب، ويلاحظ أن معظم الأخطاء المتتالية يتم عملها بمرور الوقت، وتظهر بصفة خاصة في المستوى الأول من اللعب، المستوى المبتدئ وفي بعض الأحيان المستوى المتوسط، وترجع معظم الأخطاء في هذا النوع من الضرب إلى المهاجم الذي يميل ***Tends*** يميل إلى ***aurous***، الإرهاق كما يلاحظ عليهم أنهم يبدءون في أداء مرحلة الاقتراب مبكرين جدا.

وعليه فقد وجدنا أن أفضل طريقة لتخفيض وإخفاق هذه المشكلة، يمكن التغلب عليها من خلال جعل المهاجم أو المدرب أن يقف على خط الهجوم، منبها بالقول على اللاعب متى عليه أن يبدأن وممسكا أثناء ذلك بفانلته حتى بداية الوقت الملائم أو المناسب لتنفيذ مرحلة الاقتراب، وبالتالي فإنه لو أمكن تحديد وتصحيح مشكلة الوقت (التوقيت) الخاص بالاقتراب، فإننا نجد أن معظم الأخطاء الأخرى سوف تكون أسهل عند تصحيحها.

ويعتبر التعرف على الأخطاء واستكشافها من الأمور الهامة لكل من المدرب والمدرس، واللاعب على حد سواء وباكتشاف المدرب لهذه الأخطاء يستطيع أن يوظف المهام المهمة من مثل هذا النوع من الضرب عند اللاعبين، وبالنسبة للمدرس نفس الشيء فالطالب واللاعب أيضا عندما يتعرفا على أخطائها عند تنفيذ مثل هذه المهارة الهجومية، سوف تزيد ثقتهم بأنفسهم، ويستطيعوا التعامل مع كل كرة تطلب منهم ضربها بالسرعة المحدودة، فهي من المهارات الهجومية أو أحد أنواع الضرب الهجومي التي لو أحسن استخدامها لعادت على

الفريق بمزيد من النقاط، وايضا الضرب الهجومي المعروف ***off speed spike*** يفضل للحكم على دحرجة الضرب ***roll shot*** بسبب أن اليد تتدحرج فوق قمة الكرة بحركة طرقعة للرسغ وحركة اليد تكون هامة جدا بسبب أن تعمل على إحداث دوران للكرة لأعلى وهذا بالتالي بسبب سقوط الكرة لأسفل، وفي الجدول التالي حاول المؤلف أن يصيغ مجموعة من الأخطاء الشائعة الحدوث سواء في التدريب أو المباريات وغيرها من الأخطاء غير الشائعة، مع الإشارة إلى كيفية تصحيح مثل هذه الأخطاء في شكل وبأسلوب مبسط سهل على كل من المدرس أو المدرب استيعابها والاستعانة بها، أيضا يسهل على للاعب إذا ما قرأها معالجة هذه الأخطاء وبنفسه.

جدول

استكشاف الضرب بالسرعة المحدودة

(وبأقل قوة قصوى) وتصحيحها

Error Deletion and Correction for the off speed spike

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
١- الكرة تتجه داخل الشبكة ولا تكون ظاهرة وواضحة بالنسبة لحائط الصد.	١- يجب أن يكون لمس الكرة قريب من الجسم، وبالتحديد أمام الكتف الضاربة تماما، مع ملاحظة أن الكرة يجب أن تلمس في نصف جزئها الخلفي والذراع الضاربة في كامل امتدادها.
٢- الكرة تذهب داخل الشبكة أثناء الضرب.	٢- يجب أن يكون لمس الكرة عندما تكون أمام الكتف الضاربة، وتكون الكرة في المسافة الواسعة التي أمامك بالضبط، كتف اللاعب

Correction التصحيح	Error الخطأ
الضارب (أسفل رأسك) فإن الكرة سوف تسقط قبل لمسها - وبالتالي فالفرصة العظمى سوف تبدأ ليكون الضرب في الشبكة.	
٣- يصل الإعداد (الكرة المعدة) إلى أعلى نقطة بقوس طيران هذه الكرة، حيث يستطيع بذلك التكهن أو التنبؤ باتجاه الكرة، ثم حينئذ عليه القيام بالاقتراب اتجاه هذه النقطة.	٣- المهاجم يوقف فجأة اقترابه وينتظر لحظة الإعداد، وفي بعض الأحيان يلجأ إلى اتخاذ خطوة خلفا لينتظر الإعداد.
٤- يجب على المهاجم أن يحسن من استخدام مؤخرة الكف، لكي تستغله في تحويل القوة الدافعة للأمام (الأفقية) إلى قوة رافعة رأسية، لذلك يجب أن يكون الإعداد (الكرة المعدة) على ارتفاع يتراوح من ١-٣ قدم بعيدا عن الشبكة.	٤- المهاجم يلمس الشبكة أثناء الضرب أو بعد الانتهاء من الضرب.
٥- يجب أن يكون لمس الكرة في الجزء الخلفي السفلي لها من خلال الإتيان (القيام) بحركة قطع لها *Cutting into* بقوة وذلك باستخدام مؤخرة اليد (الكف) ومع دحرجة الأصابع تجاه وفوق قمة	٥- الكرة المضروبة بالسرعة المحدودة (وبأقل قوة قصوى) والمعروف بـ *off speed spike* لا تسقط على الأرض بالسرعة الكافية (ضعيفة نوعا).

الخطأ Error	التصحيح Correction
	الكرة، يصاحب ذلك حركة طرقعة وضغط عنيف shapping للرسغ.
٦- الكـرة ليسـت واضحـة الأمـر بالنسبة لحائط الصد (الصد).	٦- يجـب أن يكـون لمـس الكـرة في منتصف الجزء الخلفي السفلي، من خـلال الامتـداد الكـامل للـذراع، وأصـابع اليـد تتدحـرج فـوق قمـة الكرة.
٧- أنت (اللاعب المهاجم) يوقف الاقــتراب وينتظــر الكـــرة (الدخول مبكرا)	٧- لا تبدأ الاقـتراب حتـى تكـون الكـرة في منتصف المسافة بين المـهاجم (اللاعب) وبين المعد (بمعنـى آخـر الاقتراب بعـد خـروج الكـرة مـن يـد المعد).
٨- اللاعــب المــهاجم يلمـــس الشبكة.	٨- هنا يجب أن يكون الإعداد علـى بعد (١) قدم أي حوالي ٣٠ سم من الشبكة لذلك يجب عليك أن تنفذ التوقـف بمؤخـرة الكعـب مثـل البصمة (The plant) حتـى تسـتطيع أن تحول القوة الدافعة الأفقية إلى قوة دافعة عمودية.
٩- (اللاعب المهاجم) يقوم بضرب الكرة عاليا جدا، وهـذا بالتـالي يجعلها تأخذ وقتا أطول لتضرب (تنزل) الأرض.	٩- للعـلاج يكـون لمسـك (اللاعـب) الضـارب للكـرة أمام كتفك الضاربـة ويجـب أن تكـون حركـة رسـغك snap، بطرقعة ثني عنيفة لرسـغ اليـد

Correction التصحيح	Error الخطأ
كذلك لا تنسى دحرجة أصابعك فوق أعلى نقطة (قمة) الكرة.	

قائمة مفاتيح النجاح في الضرب (الهجومي) محدود السرعة

Off speed spike keys to success checklist

كما سبق الإشارة يعتبر الضرب الهجومي من اصعب المهارات في الكرة الطائرة، وذلك من حيث طريقة الأداء، وأننا هنا نرى أن العامل الأكثر أهمية هو ذلك العامل الخاص بكيفية التنفيذ الجيد، ألا وهو العامل الخاص بالتوقيت الأولي ***proper timing***.

إن اللاعبين المبتدئين عادة ما يبدون منزعجين بشأن تكملة هذا النوع من الهجوم، حيث نلاحظ عليهم في بدء تعلمهم لهذا النوع من الضرب الهجومي أنهم يبدءون في اقترابهم مستعدين (مبكرا) أكثر من اللازم، (أو بمعنى آخر يأخذون في الجري والقيام بأداء خطوات الاقتراب (يدخلون) مبكرا)، وينتظرون التمريرة أو الكرة المعدة)، وبالتالي فهم يجهلون أن عليهم هؤلاء المهاجمين المبتدئين، متابعة المعد، وكذلك متابعة نقطة ارتفاع قوس طيران الكرة المعدة إلى أن تصل إلى أقصى نقطة لها، وذلك كله قبل البدء في اتخاذ قرار الاقتراب ***approach***، ومن خلال قائمة المراجعة على أهم النقاط التي يجب أن يراعيها المبتدئ في بدء تعلمه، والتي سوف تلي هذا الكلام، اجعل المدرب أو حتى لاعب متقدم أن يراجع ما جاء في هذه القائمة، وذلك من خلال تأدية هذا اللاعب المتقدم أو المدرب أمام لاعب مبتدئ هذه المهارة. ويقوما بمراجعتها وتطبيقها والتركيز على أهم النقاط الواردة في هذه القائمة حتى يسهل على ذلك المبتدئ تنفيذ هذه المهارة بطريقة جيدة.

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre Contract*

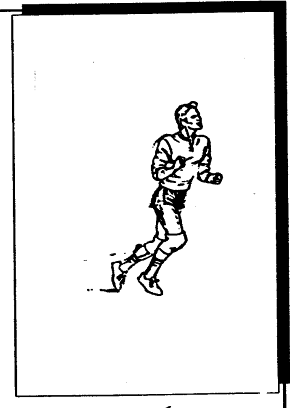
شكل الاستعداد *Pre Parathion Phase*

قبل اللمس (المرحلة التحضيرية) *Pre contact*:

على المدرب أو المدرس مراجعة ومراعاة مجموعة النقاط التالية عند بدء تعلم هذه المهارة خاص مع اللاعبين المبتدئين وهي على النحو التالي:

١- مراعاة أن يكون وزن الجسم للأمام، المهاجم في وضع الاستعداد لتنفيذ خطوات الاقتراب.

٢- يظل المهاجم قرب خط الجانب *side line* حتى يبدأ التحرك للاقتراب.



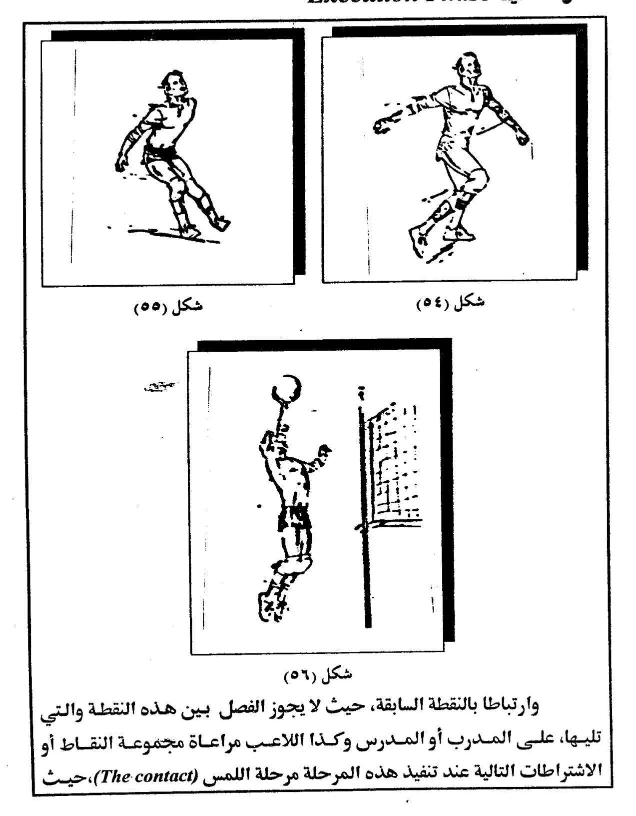
شكل (٥٣)

٣- المهاجم يراقب المعد حتى تعد الكرة *set the ball* ثم يركز على الكرة، من حيث قوس طيرانها أقصى نقطة ارتفاع لهذا القوس (قمة القوس) *Trajectory and its peal*.

٤- المهاجم مازال ينتظر على خط الهجوم حتى يكون الإعداد (الكرة المعدة) في متصف المسافة من المعد حتى المهاجم.

المرحلة الأساسية (اللمس) *The Contract*

شكل التنفيذ *Execution Phase*



شكل (٥٤)

شكل (٥٥)

شكل (٥٦)

وارتباطا بالنقطة السابقة، حيث لا يجوز الفصل بين هذه النقطة والتي تليها، على المدرب أو المدرس وكذا اللاعب مراعاة مجموعة النقاط أو الاشتراطات التالية عند تنفيذ هذه المرحلة مرحلة اللمس *(The contact)*، حيث

أنها مرحلة أساسية تحقق الضربة أو تحققها، وأهم هذه النقاط ما يلي:

١- يبدأ الاقتراب عندما يكون الإعداد في منتصف المسافة بين المعد *setter* وحتى المهاجم *attacker*.

٢- في آخر خطوتين في الاقتراب تكون خطوة اليمين بجوار الشمال أو (قريبة منها) والاثنان في وضع الوثب *jamping*.

٣- كلا الذراعين تتمرجحان للخلف حتى ارتفاع الوسط.

٤- الكعبين يوقفا الاندفاع من الجري ويحولا القوة الدافعة الأفقية إلى قوة دافعة راسية.

٥- يتحول الوزن على مقدمة القدمين (بطن) *Balls Feet* وهذا يحدث بارتفاع الكعبين.

٦- تمرجح الذراعين للأمام ولأعلى.

٧- يكون لمس الكرة بمؤخرة اليد *hand Heel*.

٨- الأصابع تتدحرج فوق قمة الكرة.

٩- لمس الكرة يكون في الامتداد الكامل للذراع وأمام الكتف الضارب.

١٠- كما يكون لمس الكرة (نقطة التقاء اليد بالكرة) في النصف السفلي الخلف لها أولا ثم تتدحرج أصابع لأعلى وبالتالي يكون الشكل العام لليد أعلى نقطة الكرة.

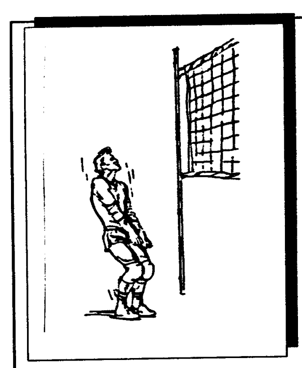
١١- العينان على الكرة خلال اللمس.

المرحلة الختامية (بعد اللمس) *After Contract*.

شكل المتابعة *Follow Through Phase*



شكل (٥٧)



شكل (٥٨)

وحتى تكون قد أتممنا الحرمة (المهارة) بنجاح يجب على كل من المدرب أو المدرس وكذا اللاعب التأكد من مجموعة النقاط التالية، إذ أن هذه المرحلة مؤثرا جيدا على نجاح الضربة، وأهم هذه النقاط هي:

١- اليدان متتابعتان الاتجاه الخاص بالضرب.

٢- اليد الضاربة بعد إتمام الضرب تسقط في مستوى الوسط بجوار الأخرى.

٣- هبوط المهاجم يكون على كلتا القدمان معا.

٤- ثني الركبتين قليلا عند الهبوط إلى الأرض لامتصاص قوة هبوط وزن الجسم.

الضرب الهجومي الموجه بقوة (الساحق) *Hard driven spike*(*)

يعتبر هذا النوع من الضرب والمعروف بالضرب الهجومي الموجه بقوة أو *hard driven spike* أحد أشكال أنواع الضرب الهجومي، والذي يتميز أنه من الألعاب الأكثر إثارة في الكرة الطائرة. ويميل معظم اللاعبين إلى استخدامه من حين لآخر خلال المنافسة أو اللقاءات التي تتسم بالإثارة خاصة إذا ما كان الفريق متقدما على منافسه هذا الإمكان إلى استخدامه عندما تسنح الفرصة للمهاجم للقيام بتنفيذ لكل هذا النوع من الضرب، هذا بالإضافة إلى أن اللاعب المهاجم الذي يكون ممتاز أو على مقدرة عالية من تنفيذ هذا النوع من الضرب، عادة ما يستحوذ على الكم الأكبر من انتباه أفراد فريقه، حيث يحاول معظم أفراد فريقه استغلال هذا اللاعب استغلالا جيدا، بما يسمح بخداع حائط الصد أو حتى خداع دفاع الفريق المنافس، وهنا تصبح هناك مهمة أخرى يكلف بها أفراد فريق الدفاع (الخصم) في نصف الملعب الآخر، ولذلك فإنه ليس من الصعب أن يحث مدرب الفريق لاعبيه ويدفعهم للتدريب على هذه المهارة مع ملاحظة أن ٩٥٪ من الوقت يضيع لإعداد الشبكة للتدريب على هذه المهارة، وهنا يجب أن تكون النصيحة واجبة، حيث يجب على المدرب القيام بإعداد الشبكة مسبقا وتجهيزها عندما يتقرر التدريب على هذه المهارة.

(*) الضرب الهجومي الموجه بقوة The hard driven spike، تعني كلمة Attak، هجوم والمقصود به محاول من قبل فريق المهاجمين لإنهاء لعبة (والتي غالبا ما تكون اللمسة الثالثة) وذلك بضرب الكرة تجاه الأرض للفريق المدافع، أو حتى ضربها ومحاولة اختراق حائط الصد، بينما كلمة spike تعني (مسمار) (أو شوكة). كما تستخدم كناية عن الضرب والهجوم للكرة، والكلمة في حد ذاتها تعني مروق الكرة بقوة وبسرعة شديدة كما لو كانت مسمار يخترق شيء ما، في حين كلمة hard تعني قاس – صلب، وكلمة driven تعني يسوق، أو مساق إلى، وإذا أخذنا كل على حدة لوجدنا أن hard driven spike تعني معاني متفرقة، ولكنها في مجملها تشير إلى ضرب هجومي موجه بقوة.

كيف تنفذ الضرب الموجه القوي (الساحق)

How to execute thee hard driven spike

يعتبر هذا النوع من الهجوم أحد أنواع الهجوم التي سبق الإشارة لها في هذا الفصل عند بدء حديثنا عن الهجوم، فهو الثالث، ويتميز هذا النوع من الهجوم بدلالة اسمه ***The hard driven spike*** بأنه قوي التأثير خاصة على حائط صد المنافس (الخصم)، ونستطيع توجيه الكرة فيه إلى أكثر من نقطة في الملعب، وفي حالة تسيد اللاعبين لهذا النوع من الهجوم بمعنى آخر أن تكون لهم السيادة في تنفيذه، يستطيعون تحقيق مزيد من النقاط خاصة إذا ما استغل أحسن استغلال.

وفي الحقيقة أن الضرب الموجه القوي (المعروف بالساحق) حيث أنه يسحق حائط الصد الذي أمامه، يشابه في تنفيذه التنفيذ الخاص بالضرب الموجه ذو السرعة المحدودة والمعروفة بـ ***The off speed spike***، حتى اللمس في هذا النوع الساحق يشابه للضرب بالسرعة المحدودة حيث يكون اللمس (نقطة التقاء الكف بالكرة) في المنتصف الخلفي لها قاطعا إياها باستثناء أنه في الضرب الموجه القوي ***H.D.S.*** يكون لمس الكرة باليد مفتوحة قاطعا منتصفها الخلفي كما سبق الإشارة، مع حركة خطف (طرفعة – ثني بقوة) لرسغ اليد ***(Shapes forcibly)***.

إن هذه الحركة من الرسغ ***(Shapes Forcibly)*** يكون عاملا هاما بالنسبة لدوران الكرة لأعلى المعروف ***Topspin***، حيث بسبب ذلك جعل الكرة تسقط بسرعة على الأرض، أما بالنسبة للمتابعة فهي نفسها كما في الضرب ذو السرعة المحدودة انظر الشكل.

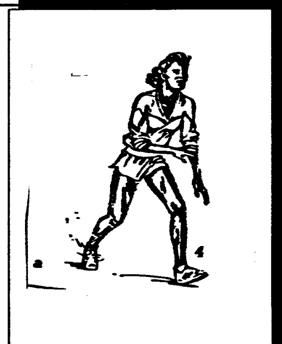
المراحل الفنية الثلاث في الضرب الهجومي القوي الموجه

مفاتيح النجاح في الضرب الموجه القوي

Keys to success in the hard – driven spike

المرحلة التحضيرية (قبل اللمس) *Pre Contract*

شكل الاستعداد *Pre Parathion Phase*



شكل (٥٩)

عند اتخاذ وضع أو شكل الاستعداد يجب ملاحظة النقاط التالية:

يعتبر هذا النوع من الهجوم هو أكثر أنواع الهجوم شيوعا لدى لاعبي الكرة، خاصة إذا ما اخترق حائط صد الخصم، وبالتالي فهو يتميز بالإثارة من جانب المشاهدين والتي تساهم إلى حد كبير في جعل اللاعبين إن لم يكن معظمهم يستعرض في استخدامه لهذا النوع، إلا أننا نظرا لأهمية هذا النوع فإننا نجد أن مجموعة النقاط التالية هي أهم نقاط يجب أن يراعيها كل مدّرّب أو مدرس عند تعليمه للمبتدئين، وكذا اللاعب المتقدم عند تنفيذه لهذا النوع، وأهم هذه النقاط يمكن حصرها في الآتي:

١- على المهاجم أن ينتظر على خط الهجوم.

٢- على المهاجم مراقبة تحركات المعد جيدا.

٣- على المهاجم أن يجعل عينيه لا تغيب عن الكرة حتى بعد إعدادها.

٤- على المهاجم تحويل ثقل الجسم للأمام.

٥- توقع الاقتراب.

المرحلة الأساسية (اللمس) *The Contract*

شكل التنفيذ *Execution Phase*

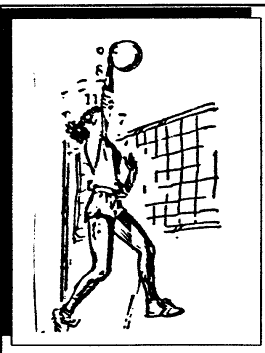


شكل (٦٠) — شكل (٦١) — شكل (٦٢) — شكل (٦٣)

وهذه المرحلة تعتبر من أكثر المراحل أهمية والتي يجب أن يوليها معظم المدربين والمدرسين وكذا اللاعبين اهتماما خاصا، فعليها يتوقف نجاح الضربة أو إخفاقها، لذلك هناك بعض النقاط التي يجب أن تراعى عند تنفيذ هذه المرحلة، وأهمها هي مجموعة النقاط التالية:

١- يبدأ اللاعب المهاجم في الاقتراب عندما تكون الكرة في أقصى قمة

لقوس طيرانها *pack of its trajectory*.


شكل (٦٤)

٢- يجب على اللاعب المهاجم تغطية المسافة من مثل خط الهجوم حتى بدء تغيير الخطوات بخطوات عديدة.
٣- آخر خطوتين في مجموعة خطوات الاقتراب يجب أن تكون الخطوة الأولى قصيرة والثانية طويلة وعميقة، ويتم فيها تجميع الرجل (القدم الخلفية) بجوار الرجل أو القدم الأمامية لتهيئة مرحلة الوثب.
٤- الذراعان في وضع الوثب تمرجحان خلفا حتى مستوى الوسط.
٥- في العودة من مرجحة الذراعان كلاهما يتمرجحان للأمام.
٦- استكمالا للمرجحة كلا الذراعان تستمران في المرجحة عاليا تجاه الكرة.
٧- تستمر الذراع الضارب فقط في المرجحة، ويكون لمس الكرة بهذه الذراع أمام الكتف الضاربة.
٨- لمس الكرة يكون بمؤخرة اليد (مفتوحة) بمعنى آخر الأصابع منتشرة حول الكرة.
٩- (نقطة التقاء الكف بالكرة) لمس الكرة في المنتصف الخلفي لها.
١٠-استخدام أو تنفيذ حركة خطف الرسغ (بقوة أو عنوة) كما لو كان (طرقعة).
١١-أثناء اللمس أيضا يكون الامتداد الكامل للذراع الضاربة.

المرحلة الختامية بعد اللمس After Contract

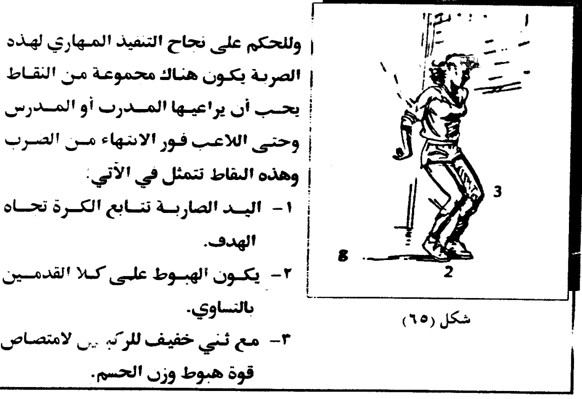
شكل المتابعة Follow Through Phase

وللحكم على نجاح التنفيذ المهاري لهذه الضربة يكون هناك مجموعة من النقاط يجب أن يراعيها المدرب أو المدرس وحتى اللاعب فور الانتهاء من الضرب وهذه النقاط تتمثل في الآتي:

١- اليد الضاربة تتابع الكرة تجاه الهدف.

٢- يكون الهبوط على كلا القدمين بالتساوي.

٣- مع ثني خفيف للركبتين لامتصاص قوة هبوط وزن الجسم.



شكل (٦٥)

استكشاف أخطاء الضرب القوي الموجه (الساحق) وتصحيحه:

Error Detection and Correction for the hard driven spike:

يميل معظم لاعبي الكرة الطائرة الى استخدام مهارات الضرب بأنواعها، مؤثرين في ذلك استخدام عامل القوة أثناء الضرب، وعدم الاهتمام بالأداء الصحيح لمهارة الضرب، كذلك عدم التفرقة بين الأداءات المختلفة لأنواع وأشكال الضرب، خاصة لدى المبتدئين أو لاعبي المستوى المتوسط، الأمر الذي ينتج عنه العديد من الأخطاء الفنيه الادائية.

كذلك فإن دور المدرب أو المدرس هنا، هو كيفية تعليمهم الضرب الصحيح، كذلك كيفية توجيه هذا الضرب إلى ملعب المنافس، وهذا من جانب، ومن جانب آخر يجب أن يعي اللاعب المهاجم حقيقه هامة جدا وهي

ألا يكـون غرضـه أو هدفـه الضـرب لمجـرد الضـرب والحصـول علـى إعجـاب المشاهدين، بل يجب أن يكون قادرا على تنفيذ هذا الضرب بطريقة أو بأخرى يتم من خلالها الاستفادة من نقاط ضعف الفريق في إحراز نقطة، وهنا سوف يكون إعجاب المشاهدين وزملائه أكثر وأكثر عنه في حالة الإعجاب بقوة الضرب فقط والمحتمل فيها ارتكاب أخطاء فنية.

نحـن نجد أن كثير مـن الأحيان ومعظم الأوقـات أن بعـض اللاعبين يشعرون بأن قـوة وقسـوة الضرب هي أفضل طريقـة أو أحسـن نتيجـة لتحقيـق الهجـوم، ولكـن الحقيقة عكس ذلك فإن المكان أو موضع الهجـوم واسـتغلال ثغرات ونقاط الضعف في الفريق المنافس هو الذي يقرر فاعلية الضربة.

في هذا النوع من الضرب الهجومي عـادة مـا نلاحظ أن هناك خطئان شائعا الحدوث عند تنفيذ ذلك الضرب الهجومي الموجه بالقوى الساحق لحائط الخصم ***The hard driven spike***.

- ويتمل الخطأ الأول في بداية الاقتراب مبكرا للدخول على الكرة.
- بينما الخطأ الثاني يكون في عدم لمس الكرة بجوار الكتف الضارب.

ومما يترتب على هذا الاقتراب المبكر جدا من جانب اللاعب المهاجم أو الضارب سواء لاعب متقدم أو مبتدئ أن يكون هناك نتيجتان محتملتان:

١- كأن اللاعب المهاجم أن يقف وينتظر الإعداد ***The setting***، وهذا بالتالي يفقد اللاعب فائدة الاقتراب المبكر، حيث لا أساس ولا منفعة من هذا الاقتراب وكما هو شائع في الملاعب والدخول مبكرا (بدري).

٢- فإن على اللاعب المهاجم أن يرتفع عاليا ويتقوس (أو يرجع للخلف) ***To back up***، لكي يلحق الكرة في محاولة لإتمام الهجوم، وهو يجـهل أن السبب في اتخاذ جسم ذلك الشكل يكون بسبب أو اقترابه في غير المكـان الصحيح من الملعب، ولا يكتفي بذلك فقط في النتيجة الثانية، ولكن ينتج

عن ذلك أن شكل الكتف الذراع الضاربة وطريقة لمس الكرة لها يختلف وبالتالي يجعلها تذهب خارج حدود الملعب.

ولقد حاول المؤلف هنا استكشاف لبعض من الأخطاء الشائعة الحدوث عند تنفيذ هذا النوع من الضرب، ووضعها كأخطاء واضحة وامتزاج الحلول الخاصة بتصحيح كل خطأ، وذلك كله في ورة الجدول التالي مستعينا في ذلك ببعض الأشكال والصور التوضيحية التي تساعد كل من المدرب والمدرس وحتى اللاعب على معرفة أخطاؤه وكيفية التصحيح وبذلك تضمن سهولة إتقان وتثبيت هذه المهارة عند إعطاء مجموعة التدريبات الخاصة بذلك.

جدول

استكشاف الضرب القوي الموجه (الساحق) وتصحيحها

Error Detection and Correction for the hard driven spike

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
١- الكرة تتجه داخل الشبكة أو لا تكون واضحة للصد.	٦- يجب أن يكون لمس الكرة من جانب اللاعب المهاجم في نقطة قريبة من جسمه وبالتحديد أمام الكتف الضاربة تماما، مع ملاحظة أن يكون بداية لمس الكرة في نصف جزئها الخلفي (الثلث السفلي لها) ثم دحرجة الأصابع وانتشارها باستدارة الكرة والذراع في كامل امتدادها.
٢- الكرة تتجه داخل الشبكة (تضرب الشبكة) ولا تمر.	٧- اجعل لمس الكرة يكون دائما أمام كتف الذراع الضاربة، والأفضل

التصحيح *Correction*	الخطأ *Error*
والأحسن أن تكون المسافة التي أمامك (بمعنى آخر الخط الوهمي من رأسك وحتى الكرة) أمامك لأن في حالة سقوط أو هبوط هذا الخط أسفل الرأس مع نزول الكتف الذراع الضاربة وضرب الكرة فإن فرص دخولها الشبكة سوف تكون أكثر.	شكل (٦٦)
٨- يجب على اللاعب المهاجم أن يحسن من استخدام مؤخرة كف اليد الضاربة ويستخدمه في تحويل القوة الدافعة للأمام إلى قوة دافعة رأسية والإعداد يجب أن يكون على ارتفاع من ١-٣ أقدام أي حوالي ٣٠ سم أو ٥٠ سم أو ١م بعيدا عن الشبكة.	٣- المهاجم يقوم بلمس الشبكة لحظة الضرب.
٩- يجب عليك ألا تبدأ في اتخاذ قرار خطوات الاقتراب حتى تكون الكرة في منتصف المسافة بينك وبين المعد.	٤- الوقوف المفاجئ للاقتراب (الانتهاء من الاقتراب والوقوف) وينتظر اللاعب الكرة (بمعنى الدخول مبكرا والوقوف في انتظار الكرة).

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
٥- المهاجم فجأة يوقف خطوات اقترابه (فرملة) وينتظر إعداد الكرة، الأمر الذي يجعله يأخذ خطوة حلفا لكي يوائم بين الاقتراب والإعداد.	١٠-يجب على اللاعب المهاجم أن ينتظر حتى يصل الإعداد إلى أعلى نقطة في ارتفاع قوس طيران الكرة، وذلك قبل التكهن والتنبؤ باتجاه الكرة ثم حينئذ الاقتراب إلى هذه النقطة.
٦- اللاعب المهاجم يفتقر إلى الارتفاع في الوثب لأعلى (عموديا) *Vertical jump*. شكل (٦٧)	٦- يجب عليك أن تضرب وبقوة الأرض مع تثبيت مؤخرة كعبيك *Plant heal* في الأرض أيضا، وهذا كله بهدف تغيير أو تبديل تجاه القوة الدافعة الأفقية إلى قوة دافعة رأسية، مع ملاحظة أن كلا الذراعين تتمرجحان لأعلى بأقصى قوة ممكنة.
٧- الكرة تتجه خارج حدود الملعب أو فوق الخط النهائي للملعب (خط النهاية).	٧- يجب أن يتم لمس الكرة أمام وفي مواجهة الكتف الضارب، والكف مفتوحة فيتم لمس الكرة في المنتصف الخلفي لها، وبقوة مع

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
	حركة خطف (طرقعة) أو ثني من رسغ اليد ومصاحبة ذلك بجعل الأصابع فوق قمة الكرة (أعلى نقطة لها)، ومنتشرا باستدارة الكرة.
٨- الكرة تذهب خارج حدود الملعب، تمر (تعدي) من فوق خط النهاية.	٨- يجب عليك (اللاعب المهاجم) أن يكون (لمسه) للكرة أمام الكتف الضاربة وتكون قوة خطف حركة رسغ اليد الضاربة ***wrist snaps*** فوق قمة الكرة.
٩- اللاعب المهاجم يفتقر الارتفاع في الوثب (القدرة على الوثب).	٩- في هذا الخطأ بالتحديد يبدو الأمر في غاية الأهمية، خاصة عندما تأخذ كلا القدمان في التنفيذ، إذ يجب فجأة استغلالهما (القدمان) في التوقف فجأة وذلك عن طريق تثبيت الكعبين حتى يتسنى توجيه لقوة الدافعة الأفقية ***Horizontal momentum*** إلى قوة دافعة رأسية (عمودية) ***vertical momentum*** مع مرجحة كلا الذراعان بأقصى قوة لأعلى كعامل مساعد للارتفاع بقدرة الوثب لأعلى للوصول إلى نقطة.
١٠-يقوم اللاعب المهاجم بلمس الشبكة أثناء الضرب الهجومي	١٠- لعلاج هنا يجب أن يكون الإعداد على بعد حوالي ١ قدم (أي حوالي

التصحيح *Correction*	الخطأ *Error*
٣٠ سم من الشبكة) ويجب على اللاعب المهاجم غرس كعب القدم أولا في الاقتراب، حتى يستطيع بالتالي تحويل القوة الدافعة الأفقية ***Horizontal momentum vertical momentum.***	الموجه القوي ***The hard driven spike.*** •

شكل (٦٨)

١٠- يجب عليك الانتظار على خط الهجوم حتى نستطيع أن نتعرف أين سوف يكون الإعداد، أي لا تبرح مكانك وتبدأ في اتخاذ قرار وخطوات الاقتراب قبل أن تخرج الكرة من يد زميلك المعد حتى	٩- الشبكة تهتز (بسببك) أو بواسطة اللاعب المؤدي (المهاجم) للضرب الهجومي.

Correction التصحيح	Error الخطأ
تستطيع الحكم بالتالي على اتجاهها.	

شكل (٦٩)

تطوير الضرب على اليد وبعيداً عن اليد
Development of on hand and off hand spiking (Attacking hand spiking)

يتمثل الهدف الأساسي من الهجوم في الكرة الطائرة في محاولة ضرب الكرة بقوة لتتجه إلى ملعب الخصم من خلال الأنواع المختلفة من الضرب بهدف تحقيق أو تسجيل أكبر عدد من النقاط. وذلك في سباق النقاط الذي يدخله من الفريق الآخر في الشوط الواحد. وبهذا يعتبر الضرب هو العامل المؤثر على نتيجة المباراة، وإذا كان التمرير بأنواعه وكذا الإرسال، والصد بأنواعه في مجموعها تمثل الأساسيات الحركية أو المهارات الأساسية في الكرة الطائرة جميعها على قدر من الأهمية إلا أن الضرب الهجومي يأتي على رأس هذه المهارات الأساسية، باعتباره ختام الاداء لهذه المهارات هو المحصلة النهائية.

فكما هو معروف أن الإرسال هي لعبة البداية ومفتاح اللعب في الكرة الطائرة يليها الاستقبال فالإعداد، ثم الضرب، وعليه فإن فعالية المناورات الهجومية إنما تتضح في مدى دقة وإتقان الأنواع المختلفة من الضرب والمعروفة لنا جميعا والتي سبق الإشارة إليها.

ولقد أصبح الضرب الهجومي يشغل بال كثير من المدربين واللاعبين حيث يوالونه اهتماما كبيرا، من في الوحدات التدريبية أو الواجبات الإضافية سواء في البرامج التدريبية أو الواجبات الفردية، وذلك كله بهدف تطوير وتعديل دقة الضرب.

والسؤال الذي يطرح نفسه هنا عند تطرقنا لموضوع الضرب.

كيف يتسنى لنا تطوير مهارة الضرب لدى اللاعبين المهاجمين؟

وللإجابة نجد أنه من أجل تطوير مهارة الضرب لدى اللاعبين المهاجمين في الكرة الطائرة فإنه يوصي بضرورة اتباع والاهتمام بالآتي:

١- أداء الأنواع المختلفة للضرب والمنفذة في الهجوم بصورة أساسية.

٢- أداء الضرب من المركز الملائم والمخصص لكل نوع من الضرب.

٣- تمكن اللاعبين الضاربين من الضرب سواء الذي في متناول اليد أو البعيد عنه والمعروف باسم ***on hand spike*** أو ***off hand spike***، وحتى يمكن الحصول على موقف لضرب متكيفا مع ظروف المباراة.

٤- ضرورة الاهتمام بالتدريب على إتقان وتثبيت الأنواع المختلفة للضرب خاصة في غياب الدفاع والمتمثل في حائط الصد، خاصة في فترة الإعداد الأولية، حتى يمكن بذلك تطوير عامل الثقة بالنسبة للاعبين، انظر تدريبات الضرب في هذا الجزء.

٥- في بداية التدريب على مهارات الضرب المختلفة يراعي ضرورة الاهتمام بإقلال عامل الصعوبة مع خفض أهداف النجاح، والعكس صحيح عند ملاحظة مستوى التقدم حيث يجب زيادة عامل الصعوبة مع الارتفاع بأهداف النجاح.

٦- ضرورة أن يأخذ اللاعبين المكلفين بالضرب الفترة الكافية من الإعداد المهاري على هذه المهارة قبل بدء التدريب عليها في مجموعة التدريبات الحركية، انظر تدريبات الضرب في ختام الحديث عن الضرب الهجومي.

٧- يجب ضرورة الاهتمام بتطوير السرعة الحركية المرتبطة بالضرب مع الاحتفاظ بعنصر الدقة.

٨- يجب ضرورة الاهتمام بتأدية مهارات الضرب المختلفة في نفس ظروف المباراة وذلك من خلال ضرورة خلق المواقف المتشابهة لظروف المباراة، انظر أيضا تدريبات الضرب كذلك تدريبات مزج المهارات.

٩- التركيز على أداء الضرب من طرق الإعداد المختلفة.

١٠-تعليم اللاعبين الضاربين الحركات المطلوبة لإتمام الضرب من الخداع.

١١-ضرورة أن اللاعبين الضاربين جميع أنواع الضرب من مختلف الأماكن.

١٢-ضرورة الاهتمام بإحراز وتسجيل أكبر نسب للضرب خلال المواقف التدريبية المختلفة.

١٣-أن يكون هناك مفهوم عام لدى الجميع وهو أن كل ضربة ناجحة وبالتالي تحقق نقطة تجعل الفريق فائزا.

ولقد تعددت واختلف مصطلحات الكرة الطائرة ***volleyball terms*** كذلك التعاريف ***Glossary*** أو المفاهيم ***Definitions***، الأمر الذي يدعو إلى تقديمها في بداية مناقشة أي موضوع، نرى أنه من المحتمل أن يكون فيه شيء من الجدل العلمي أو الاستنباط المعرفي الذي يعتمد على الاطلاع الواعي والمرجعي بجانب الخبرة وطول الممارسة وذلك من منطلق أن بعض من هذه المصطلحات يأتي بصورة مباشرة ومتصل بالموضوع ومحدد في القاموس اللغوي، بينما البعض الآخر يجئ كناية على شيء أو مشابه في أدائه لشيء ما.

فكما سبق أوضحنا أن كلمة ***Attack*** تعني هجوم والمقصود بها محاولة من قبل أحد لاعبي فريق المهاجمين يطلق عليه اللاعب المهاجم ***Attacker*** لأنها اللعبة، والتي غالبا ما تكون اللمسة الثالثة، وذلك بضرب الكرة اتجاه الأرض (في نصف الملعب الآخر أو ملعب الخصم) أو حتى محاولة اختراقها للاعبي حائط الصد ***Blocks***.

ويقع تحت هذا الموضوع الذي نحن بصدده ***spike*** العديد من التعاريف أو المفاهيم أو المصطلحات، فمنهم من يفضل أن يطلق على اللمسة كلمة ***contact*** تعني لمسة الكرة، والآخر يفضل أن يطلق لفظة أو كلمة ***Hits*** بمعنى ضربها عند التعامل مع الكرة، حيث يذكر في معظم المراجع بأن حق الفريق أداء ثلاث ضربات ***Three hits*** بدلا من ثلاث لمسات، حسب نص

القانون الدولي للعبة، في حين يفضل أن يطلق البعض كلمة *shoots* على تلك الذربات المضروبة سود ولكنها في هيئة تصويب بينما تعني بكلمة (مسمار أو شوكة) في قاموس اللغة الإنجليزية، ولكنها في مصطلحات الكرة الطائرة *volleyball terms* وكناية عن التشبيه بأنها:

الكرة المضروبة بقوة تامة أو كاملة بيد واحدة ومن داخل منطقة الهجوم (٣ م)، ولهذا لاعبي الملعب الخلفي لا يستطيعون ضربها، الا إذا لم يتم الارتقاء *take off* وبجوار مسافة ١٠ أقدام أي حوالي من ٣م إلى ٣،٥ م ومن على خط الضرب.

Spike: a ball hit forcebly with one hand from the offensive wars (3 M) from the net, so the back court players connote spike the ball, unless they take off from behind the (10 F) spiking line.

ولما كان هذا الضرب *spike* يتم عن طريق لاعبي الصف الأول يمكن، للاعب المؤدي لهذه الطريقة من الضرب الهجومي أن نطلق عليه ضارب أو ضارب مهاجم *spiker* وعليه فعند تطرقنا لموضوع الضرب *spike* سو نربط هذه الكلمة بالهجوم ونقول الضرب الهجومي وهو الموضوع الذي سبق أن نوهنا إليه عند تعرضنا إلى الهجوم في فصل سابق.

الضرب الهجومي على اليد وبعيدا عن اليد
On hand and off hand spiking

عند إتمام الهجوم، فإننا في معظم الأحيان نجد أن اللاعب الضارب يقوم بضرب الكرة التي فوق اليد أو الكرة المعدة جاءت على اليد مباشرة من اللاعب المعد ويطلق عليها ***on hand spiking***، وهذا يحدث في العادة أو ي الغالب عندما يكون المعد ***The Setter*** في نفس الجانب (ناحية) نفس ذراع الضارب، بمعنى آخر أن الكرة المعدة (الإعداد) لا تتقاطع مع أمام جسم اللاعب الضارب قبل قيامه باللمس.

ونود هناك أن نوجه النظر إلى حقيقة هامة جدا يجب أن نوضحها لجميع الضاربين خاصة وأن منهم لا يعي متى يستعمل الضرب باليد اليمنى، أو اليسرى معتمدين في ردهم على الجواب الذي يتعلق بحالة الكرة، وحقيقة ذلك أنك لو كنت لاعب ضارب أيمن ***right handed*** فأنت مرغم أن تضرب 'الكرة وهي فوق اليد ***in hand spike***، خاصة عندما تكون في المركز الأمامي الأيسر ***left front position (LF)***، (مركز ٤) بينما لو كنت أو كان اللاعب الضارب أعسر ***Left handed*** فأنت أيضا مرغم عل أن تضرب الكرة على اليد (أو فوق اليد أيضا) ***On hand spike***، وذلك عندما تكون في المركز الأمامي الأيمن ***Right front position (RF)*** بمعنى آخر في مركز (٢) بينما يستطيع اللاعب الضارب أو (أنت تستطيع) أن تهجم بالكرة بعيدة عن اليد وهي ما يطلق عليها ***The ball of hand***، عندما يكون الإعداد في الناحية العكسية بالنسبة لليد الضاربة (من ناحية اليد الضاربة)، ولو كان هذا اللاعب الضارب أيمن ***right handed***، فيستطيع أن ضرب الكرة بعيدا ***off hand spike*** عندما تكون في المركز الأمامي الأيمن ***RF*** المركز (٢)، ولو كان اللاعب الضارب أعسر

فيمكن أن يضرب نفس الكرة البعيدة عندما يكون في المركز الأمامي الأيسر (*LF*) أي مركز (٤).

لماذا يكون الضرب على اليد أو البعيد عن اليد مهم؟

Why are on hand and off hand spikes important?

حقيقة الأمر أن الضرب الهجومي الذي فيه الكرة على اليد مباشرة ***on hand spike*** يعتبر نوع من الضرب المهم، ومرجع ذلك سهولته من حيث الأداء، فهو سهل جداً على الضارب أن يؤديه، وعند تأديته نجد أنه يتسم بالقوة والحيوية والنشاط، فهو أحد أنواع الضرب الشائع أو الغالب في الاستخدام حيث يجعل الهجوم في القوة القصوى له ***powerful attack***، لذلك فيجب على اللاعب الضارب أن يكون لديه المقدرة على توجيه الضرب إلى أي نقطة من مناطق ملعب الخصم أو الفريق المنافس.

وليس معنى ذلك أن الضرب البعيد عن اليد والمعروف بـ ***The off handed spike***، أقل أهمية، بل العكس أن يماثل في الأهمية النوع السابق، حيث نجده يكون هاما بسبب أو ناشئ عن ما يختص بمراكز الدوران وهذا النوع من الضرب يستلزم من اللاعب المهاجم أن يضرب بكفاءة على كلا الجانبين من جانبي الملعب مركز (٣،٢) إلا أن هناك اعتبار آخر هام يتمثل في تحديد أو تقرير التشكيل ***line up*** الخاص بالضاربين، وهو أن المدرب يضع تشكيلة وهو على علم تام بإمكانيات وقدرات اللاعبين وكيفية ضربهم، أيضا هل هم يمناء، عسراء الضرب... إلخ.

فمثلا يفضل بعض المدربين أن يجعل اللاعبين العسراء (الأعسر) اليد ***The left hander's*** متخصصين للضرب الهجومي في الجانب الأيمن (مركز ٢) بينما اللاعبين اليمناء (الأيمن) ***The right hander's*** متخصصين كمهاجمين من الجانب الأيسر مركز (٤).

كيف تنفيذ الضرب على اليد وبعيدا عن اليد؟

How to execute on hand and off hand spike?

لكي ينفذ اللاعب المهاجم كلا النوعين المعروفان الضرب على اليد أو بعيدا عن اليد، في الأول يجب أن تعرف كما سبق الإشارة إلى أن كلاهما متشابهان كما هو الحال في الضرب القوي الموجه ***The hard driven spike***، إن الاختلاف الوحيد بين هذان النوعان من الضرب ***on hand or off hand*** من جهة والضرب الموجه القوي من جهة أخرى ***hard spike***، هو ما تختص بموضع أو مكان الكرة وعلاقة ذلك بالنسبة للذراع الضارب والجسم، انظر إلى كيفية التنفيذ في شكل رقم (٢، ٣).

وعندما تؤدى حركة اللمس ***The contact*** بالنسبة لنوع الضرب على اليد، فإن اللمس (الضرب) متقاطعا للملعب مباشرة للأمام، يجب أن تكون الكرة فيه أمام الكتف الضارب، وتوجه (الكرة) الضرب قطريا بالنسبة للملعب (بمعنى آخر اتجاه القطر الطويل من الملعب).

أما بالنسبة للضرب أسفل الخط المعروف باسم ***down he line*** (بمعنى الضرب المجاور لخط الجانب) والذي يحدث باستثناء مبالغ فيه لرسغ اليد أثناء حركة الضرب فإن لمس الكرة للأمام يكون قرب الخط الأوسط الطويل للجسم *(Midline body)* الضارب، بالنسبة لكف الضارب.

مفاتيح النجاح في الضرب *Keys to success spike*

يعتبر الضرب الهجومي من المهارات التي ترجح كفة الفريق في الكرة الطائرة، والتي يجب أن يوليها جميع المدربين، أو المدرسين، أو حتى اللاعبين على قدم المساواة كثيرا من الاهتمام عند تعليمها أو التدريس عليها، وكذلك عند تأديتها من جانب اللاعبين، وذلك خلال مراحل التنفيذ الثلاثة، (مرحلة الاستعداد - التنفيذ - المتابعة)، وسوف نحاول هنا أن نشير إلى بعض النقاط التي تمثل مفاتيح لنجاح مهارة الضرب، وذلك في تلك المراحل الفنية الثلاث.

المراحل الفنية الثلاث في الضرب على اليد وبعيدا عنها

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *pre contact*

وضع الاستعداد *preparation phase*

يعتبر وضع الاستعداد في هذه المرحلة التمهيدية (قبل لمس الكرة) من المراحل الهامة في مهارات الضرب، فحدوث خطأ في هذا الوضع في هـذه الرحلة يؤثر في المرحلة التي عليها.

لذلك يجب على المدرب أو المدرس أن يركز على مجموعة النقاط التالية التي تعتبر في حد ذاتها مفاتيح نجاح بالنسبة لهذه المرحلة، وهذه النقاط هي:

١- وزن جسم اللاعب الضارب للإمام.

٢- اللاعب الضارب يراقب المعد.

٣- العينان على الكرة بعد الإعداد.

٤- المهاجم ينتظر على خط الهجوم.

٥- توقع الاقتراب *Anticipate approach* بمعنى أن يكون نهائي لأن ينفذ في الاقتراب في أي لحظة.

المرحلة الأساسية (اللمس) *The contact*

مرحلة تنفيذ الوضع *Execution phase*

وهذه المرحلة مرحلة الأداء الفعلي (لمس الكرة) ونظرا لأهميتها فلقد رأينا الإشارة إلى:

مجموعة الاشتراطات التابعة التي يجب أن يراعيها المدرب أو المدرس وكذا اللاعب، والتي تمثل مفاتيح نجاح بالنسبة لهذه المرحلة. وأهم هـذه

الاشتراطات هي:

١- ابدأ الاقتراب عندما تكون الكرة في أقصى قوس طيران لها.

٢- تغطية مسافة الاقتراب ببضعة خطوات.

٣- آخر خطوتين الأولى قصيرة، الثانية طويلة وعميقة، مع وضع الرجل (القدم) بجوار اليسرى للتهيئة لحركة الوثب.

٤- الذراعان تتمرجحان خلفا حتى مستوى الوسط.

٥- كلا الذراعان تتمرجحان للأمام.

٦- كلا الذراعين عاليا أمام الكرة.

٧- لمس الكرة أمام الكتف الضاربة.

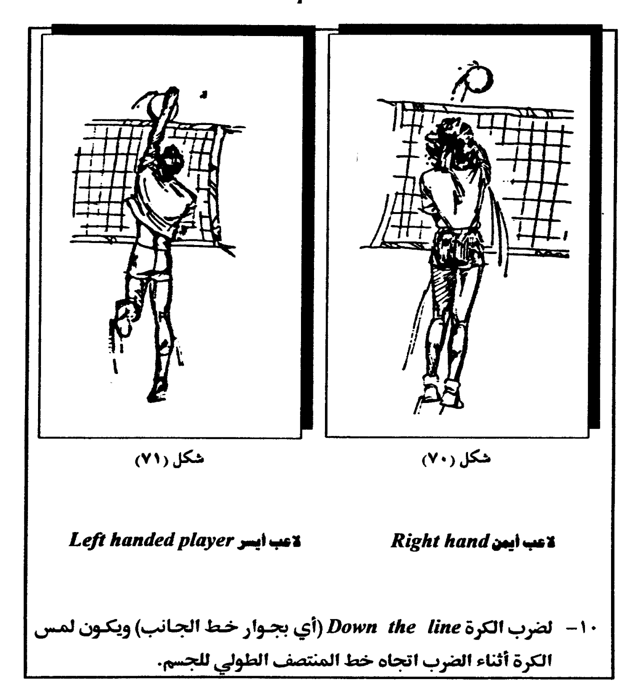
٨- اللمس بمؤخرة اليد (الكف) مفتوحة، ليس بأطراف الأصابع.

٩- اللمس على المنتصف الخلفي للكرة.

تابع المرحلة الأساسية *The Contract*

شكل التنفيذ لطريقة الضرب الهجومي على اليد أسفل الخط

On hand – down – the – line spike



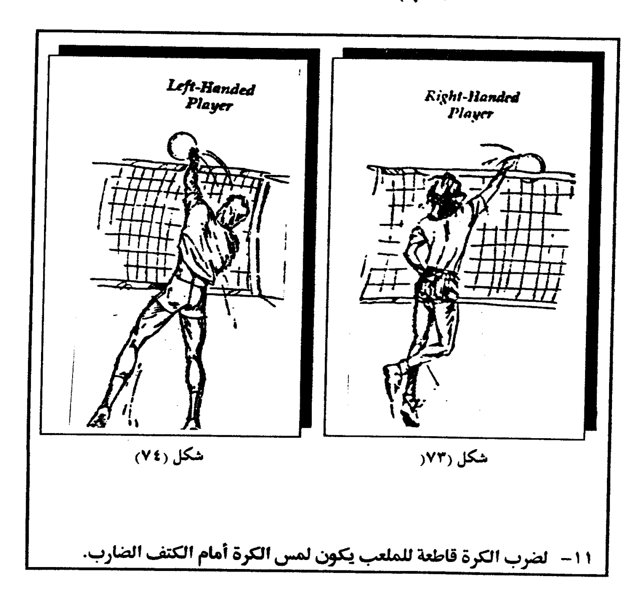
شكل (٧٠) — لاعب ايمن ***Right hand***

شكل (٧١) — لاعب ايسر ***Left handed player***

١٠- لضرب الكرة *Down the line* (أي بجوار خط الجانب) ويكون لمس الكرة أثناء الضرب اتجاه خط المنتصف الطولي للجسم.

تابع المرحلة الأساسية The Contract

شكل التنفيذ لطريقة الضرب (الضرب الهجومي - على اليد - قاطعا الملعب) On hand – cross court

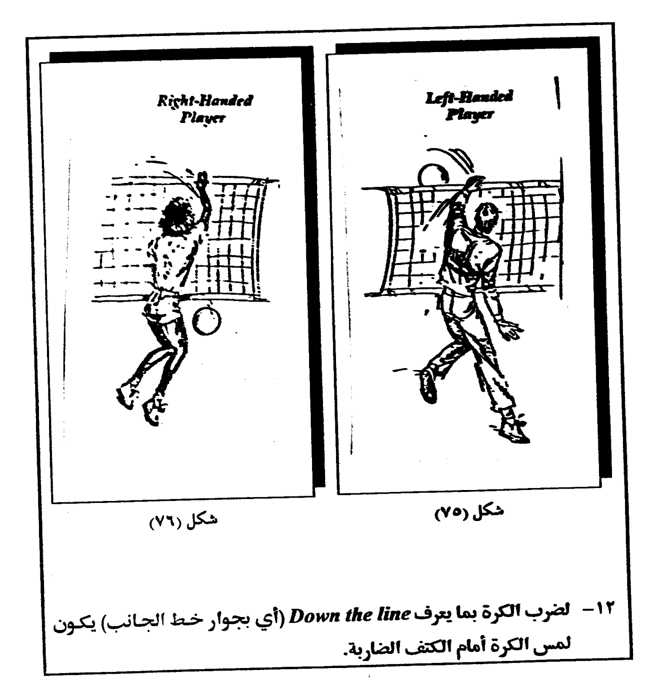


شكل (٧٤) شكل (٧٣)

١١- لضرب الكرة قاطعة للملعب يكون لمس الكرة أمام الكتف الضارب.

تابع المرحلة الأساسية *The Contract*

شكل التنفيذ لطريقة الضرب (الضرب الهجومي - الكرة بعيدة عن اليد - أسفل الخط) *On hand – down – the line* -



شكل (٧٦)   شكل (٧٥)

١٢- لضرب الكرة بما يعرف ***Down the line*** (أي بجوار خط الجانب) يكون لمس الكرة أمام الكتف الضاربة.



شكل (٧٧)

لاعب أيسر *Left handed player*

١٣-في اللمس القاطع للملعب - يكون الضرب بعدما تعد (تقاطع) الكرة الخط الأوسط للجسم.

١٤-استخدام أقصى حركة لثني (طرقعة *snap*) للرسغ اليد الضاربة.

١٥- اللمس يكون بالامتداد الكامل للذراع.

المرحلة الختامية (بعد اللمس) *After contact*

شكل المتابعة *Follow through phase*

يجب فور الانتهاء من الضرب على المدرب أو المدرس وكذا اللاعب مراعاة مجموعة الاشتراطات التالية، والتي من خلالها تستطيع الحكم أن أداؤه لأنواع الضرب السالفة الذكر تم على أكمل وجه أم لا، مع ملاحظة أن هذه المرحلة لجميع أنواع الضرب السابقة وهذه الاشتراطات هي:

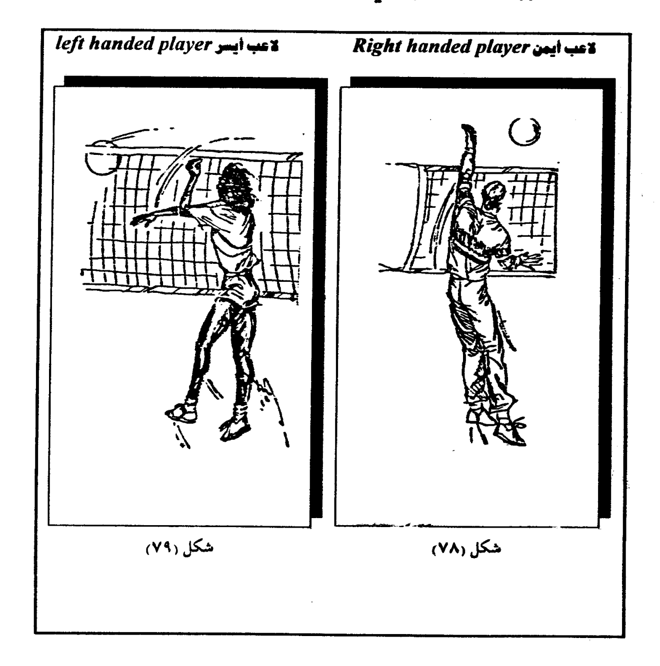
١- اليد الضاربة تتابع المرة إلى الهدف.

٢- الهبوط على كلا القدمين المشطين - بطن القدم - الكعبين.

٣- ثني الركبتان في الهبوط لامتصاص قوة وزن الجسم أثناء الهبوط.

تابع المرحلة الأساسية *The Contract*

شكل التنفيذ لطريقة الضرب (الضرب الهجومي - الكرة بعيدة عن اليد بجوار الخط الجانبي) *Off hand – down – the line*



Right handed player **لاعب أيمن**	***left handed player*** **لاعب أيسر**
شكل (٧٨)	شكل (٧٩)

استكشاف الأخطاء الخاصة بضرب الكرة (على) فوق اليد وبعيداً عنها

Detecting On hand and off hand spike error's

إنه من الأمور الغاية في الأهمية أن يتعرف كل من المدرب أو المدرس وكذا اللاعبين أو حتى جميع العاملين في حقل الكرة على الاختلافات الفنية بين طريقتي الضرب والكرة على اليد أو الضرب الكرة بعيدا عن اليد ***hitting on hand or hitting off hand***، إذ يجب على كل هؤلاء أن يكونوا متفهمين أين يجب أن تكون الكرة، حتى تستطيع بالتالي أن توجهها في اتجاه مختلف فإما تقاطع الكرة الملعب أو تذهب أسفل خط الـ ٣ م أو خط الهجوم.

فعلى سبيل المثال لو افترض أن هناك لاعب أيمن موجود في الناحية اليسرى الأمامية *(LF)* أو بمعنى آخر في مركز (٤)، والكرة قد جاءت لتكون فوق (على) اليد ***on hand spike***، إلا أن لديه الرغبة في أن يضرب الكرة بجوار الخط الجانبي (ضرب خطي) التالي نلاحظ أن لمس الكرة أمام الكتف الضاربة، بدلا من أن يكون لمسها أمام خط الوسط (المنتصف) للجسم أكثر. ففي هذه الحالة فإن الضربة سوف تذهب إلى المنتصف الخلفي ***(C.B)*** الملعب (مركز ٦).

لذلك فقد رأى المؤلف حصر مجموعة من الأخطاء الشائعة الحدوث أثناء عمليات الضرب هذه مع اقتراح التصحيح المناسب لكل خطأ، والتي يمكن ملاحظتها أثناء الممارسة التطبيقية للعبة، وذلك في الجدول التالي، حتى يتسنى لكل من المدرب أو المدرس وكذا اللاعب استيعاب مجموعة الأخطاء وكيفية إصلاح، وبذلك نضمن سهولة الوصول إلى مستوى إنجاز أفضل بالنسبة لهذه المهارة

الأخطاء والتصحيح في ضرب الكرة على اليد وبعيدا عنها

Errors and correction at on hand and off hand spike

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
١- الكرة تذهب (تتجه) داخل الشبكة.	١- كان من الواجب على اللاعب المهاجم لمس الكرة لمجرد ما تكون أمام كتفه الضارب، فالكتف الأيمن يجعل الكرة أمامك، بينما الكتف المنخفض (أثناء الضرب طبعا) يجعلها تسقط مثل اللمس، وبذلك تكون الفرصة العظيمة أو الكبيرة، مهيئة بضرب المهاجم للكرة داخل الشبكة.
٢- اللاعب المهاجم يوقف اقترابه وينتظر الكرة (أي بمعنى آخر دخل في خطوات الاقتراب مبكرا ثم فجأة توقف انتظار الكرة).	٢- هنا، يجب على اللاعب المهاجم (والضارب) ألا يبدأ الاقتراب حتى تكون الكرة في منتصف المسافة بينه وبين المعد.
٣- اللاعب الضارب (المهاجم) يقوم بلمس الشبكة أثناء الضرب.	٣- للعلاج هذا الخطأ، يجب أن يكون الإعداد على بعد حوالي ١ قدم من الشبكة أي حوالي (٣٠ سم)، كما يجب على اللاعب الضارب أن يغرس مؤخرة القدم *(Hell Plant)* ليوقف الاقتراب فجأة، وبالتالي يستطيع أن يحول القوة الدافعة الأفقية إلى قوة

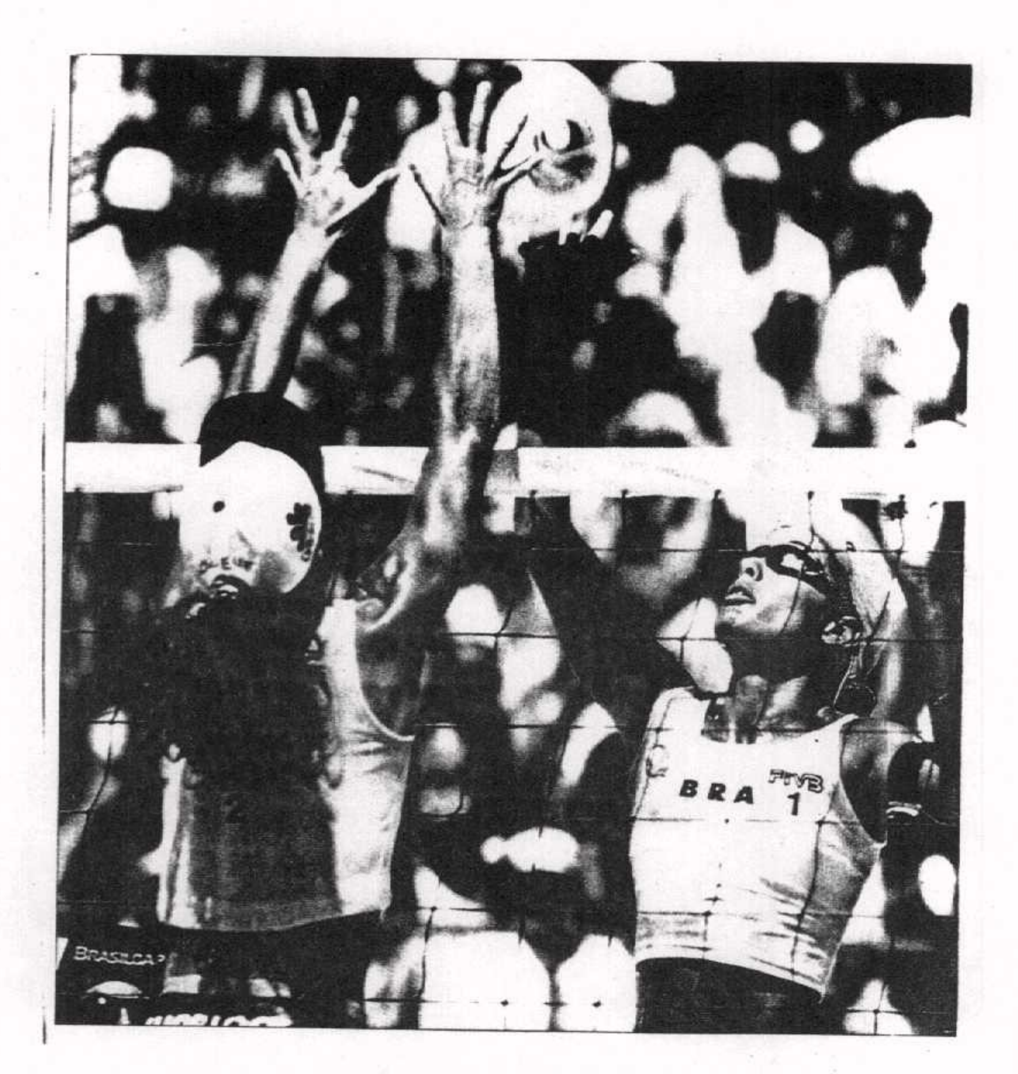
التصحيح *Correction*	الخطأ *Error*
دافعة رأسية.	
٤- هنا تأكيدا آخر على ضرورة لمس اللاعب الضارب للكرة أمام الكتف الضاربة مع ملاحظة أن تكون حركة ***snap*** طرقعة أو ثني قوي لرسغ اليد الضاربة فوق قمة الكرة في الضرب ***On and off hand spike***.	٤- الكرة تذهب (تتجه) خارج حدود الملعب فوق خط النهاية.
٥- هنا تأكيدا آخر على عمل القدمين أثناء قيام اللاعب بالاقتراب، لذا يجب على اللاعب القيام بغرس مؤخرة القدم (الكعبين) للوقوف فجأة ليحول اللاعب الضارب القوة الدافعة الأفقية إلى قوة دافعة رأسية.	٥- اللاعب الضارب يفتقر إلى الارتفاع أثناء الوثب، بمعنى آخر أن اللاعب يحتاج إلى ارتفاع أكثر أثناء الوثب.
٦- يجب على اللاعب المهاجم (الضارب) أن ينتظر على خط الهجوم حتى يستطيع أن يتعرف أين سوف يكون مكان الإعداد.	٦- إضاعة أو فقد الإعداد (بالتالي) من خلال اللاعب الضارب، بمعنى آخر أنه السبب في ضياع الإعداد!!
٧- عندما يتحول الضارب بضرب الكرة فوق اليد يجب أن يكون تمرير الكرة أمام الكتف الضارب،	٧- الكرة لا تكون داخل الملعب ومتوازية لخط الجانب وعلى بعد ٢ قدم أي حوالي ٧٠سم في

التصحيح Correction	الخطأ Error
وتتجه التمرير أكثر تجاه خط وسط الجسم، وعندما يكون ضرب الكرة بعيدة عن اليد الضارب لابد أن قاطع التمرير (الكرة الممررة) هنا وسط الجسم أمام كتف الضارب.	الضرب لأسفل.
٨- عندما يقوم اللاعب الضارب والكرة فوق اليد، يجبلا أن يكون ضرب الكرة أمام الكتف الضاربة في الضرب على اليد ***on hand***، وعندما يكون ضرب الكرة بعد أن تعبر خط وسط جسم اللاعب الضارب.	٨- الكرة المضروبة لا تذهب قطريا إلى الركن المعاكس من الملعب.

الفصل الثامن عشر
الصد Block

- ❖ حائط الصد الفردى
- ❖ *Single blocking*
- ❖ حائط الصد المتعدد
- ❖ *Multiple blocking*
- ❖ لماذا يكون حائط الصد الفردى والمتعدد لهما؟
- ❖ *Why are single and Multiple blocks important ?*
- ❖ كيف تنفذ حائط الصد الفردى ؟
- ❖ *How to Execute the single Block?*
- ❖ كيف تنفذ حائط الصد المتعدد؟
- ❖ *How to eceucte the multiple Blocks*
- ❖ مفاتيح نجاح إتمام حائط الصد المتعدد
- ❖ *Keys to Success Multiple block*
- ❖ استكشاف أخطاء حائط الصد
- ❖ *Detecting Blocking Errors*
- ❖ حائط الصد بفكر (بتعقل)
- ❖ *Mental Blocks*





الصد فى الكرة الطائرة الشاطئية



الصد (البلوك)
Block

يعتبر الصد الدفاعي (حائط الصد) أحد المهارات الرئيسية في الكرة الطائرة التي تتسم بالطابع الدفاعي والتي يجب أن تستحوذ اهتمام كل من المدرس أو المدرب نظرا لأهميتها في إيقاف هجوم الخصم، فحائط الصد بجميع أشكاله سواء كان حائط صد فردي ***single block***، أو الصد الزوجي ***Double block***، وكذلك الصد الدفاعي بأكثر من لاعب (ثلاث) أو المعروف ***Multiple block***، أو كما يفضل البعض تسميته ***Triple block***، يجب أن يتعلمه ويتقنه جميع اللاعبين على السواء في جميع مستويات الأداء في الكرة الطائرة، فلك أن تتخيل شكل فريق ما لا يستطيع الصمود أو الدفاع أمام هجمات الخصم المتتالية، بعكس ذلك الفريق الذي يواجه هذه الهجمات بالوقوف في مواجهتها بإقامة أو خط دفاعي والمتمثل فيما يعرف بحائط الصد (البلوك ***block***)، وهنا يجب أن تعي حقيقة هامة وهي أن التدريس المتوال أو المتعاقب لمهارة حائط الصد يجب أن يشتمل في طياته ثلاث خطوات أساسية مرتبطة ببعضها البعض ولا يوجد فاصل بينها في الأولى تسهم في الثانية والثانية تمهد للخطوة الأخيرة، حتى تخرج المهارة في تناغم وانسيابية تامة، وهذه الخطوات الأساسية تتمثل في الآتي:

- عمل الرجلين ***foot work***.
- الوثب ***the jump***.
- التوغل (توغل اليدان) ***penetration***.

ويلاحظ أن التوغل (التغلغل) باليدين فوق الحافة العليا للشبكة اثناء إتمام وتنفيذ حائط الصد، وكذلك الخلط (الدمج) بينه وكل من العنصرين

الأخيرين معا والمتمثلين (في عمل الرجلين) ***foot work***، والوثب ***jump***، هذا بالإضافة إلى التوقيت المناسب والمثالي جميعها لو أمكن تطويرها وتنميتها، نجد أنها فيما بعد تصبح استجابة طبيعية ***natural reaction*** تظهر وتتضح وتخرج في أكمل صورة أدائية له عندما نحتاجها.

وعادة ما يكون تركيز اللاعبين فيما بعد يمكن أن يسلط ***focused*** على كل من المهاجم والكرة، ويظهر ذلك جليا كما في حالة الصد الفردي ***single blocking***، مع ملاحظة أنه في ذلك النوع والشكل من حائط الصد نادرا ما يحتاج اللاعب لأن يتحرك أكثر من خطوة إلى ثلاث خطوات بطول الشبكة بينما في حالة الصد الزوجي ***Double blocking*** نجد أن الحال قد اختلف حيث يجب على اللاعب أن يتحرك بالجري وبطول الشبكة ***Runs distance up*** حوالي ٢٠ قدم أي ما يوازي الـ ٦ أمتار.

عموما فإن المسافة التي يجب أن يغطيها حائط الصد عادة ما تشير إلى أهمية أن يكون ذلك التحرك نموذجيا، مع ملاحظة ضرورة توظيف هذا التحرك بصورة جيدة، أيضا يجب أن نلفت النظر إلى أن المسافة الكبيرة ***The greater distance***، يجب أن تقطع بأقصى سرعة، هذا لا يتأتى إلا إذا كان هذا اللاعب سريعا، لذلك يجب أن يتحرك هذا اللاعب السريع بأقصى ما لديه من سرعة حتى يتمكن من الوصول إلى وضع حائط الصد في الوقت المناسب وبذلك يكون حائط الصد في المكان المناسب في الوقت المناسب وهو ما يطلق عليه ***The blocking position in time***، وهذا عادة ما ينفذ بواسطة خطوات متلاحقة أو في توال أو متقاطعة.

وإذا كان هذا بالنسبة للمسافة الكبيرة، فماذا يحدث بالنسبة للمسافة القصيرة ***short distance*** إن فيما يختص بالمسافة القصيرة يجب أن تكون الخطوة أو الخطوات التي يؤديها اللاعب خطوات، أو خطوة انزلاق ***The sliding step*** شرط ان يتم ذلك بكفاءة عالية، وعلى كل حال فإن الخطوة المتقاطعة ***The cross step*** تكون أسرع وأكثر ملاءمة لتغطية المسافة الواسعة.

عموما فإن طول أو قصر المسافة وكيفية زيادتها سواء في خطوات متقاطعة في المسافة البعيدة أو خطوة انزلاق في المسافة القصيرة يتقرر من قبل اللاعب المكلف بالصد ويتوقف على عدة عوامل أهمها اتجاه الضرب الهجومي للخصم والقادم من نصف الملعب الآخر أو الناحية العكسية للخصم.

حائط الصد الفردي *single blocking*

يتميز هذا الشكل من الصد الدفاعي بوجود لاعب واحد فقط مكلف بالصد، وهو المسئول مسئولية كاملة عن الدفاع ضد الكرة على الشبكة ومنعها من المرور إلى ملعب الفريق المدافع، وهنا يجب أن نشير إلى أمر هام يتعلق بكيفية أداء هذا النوع من الصد، إذ يجب على جسم اللاعب أن يتشكل *line up* في مواجهة الضارب الهجومي ويقسمه وللسهولة علينا أن نتخيل أن الجانب الضارب يقسم جسم لاعب الصد إلى قسمين (أو نصفين)، وعلى الأخير في محاولة الصد أن يضع يد واحدة على كل جانب من الذراع الضارب للمهاجم، بمعنى أنه يجبل ألا نضع الجسم (لاعب الصد) أمام الجسم (المهاجم)، ولكن يجب أن نجعل اليد الضاربة للذراع الضارب يقسم جسم اللاعب المكلف بالصد إلى نصفين طوليين بحيث تكون إحدى أيدي المكلف بالصد أمام اليد الضاربة.

إن الغرض الأساسي من تنفيذ حائط الصد يتمثل في محاولة تغيير اتجاه هجوم في الحال لكي يقود (الهجمة) مرة أخرى إلى ملعب الفريق المهاجم، ويعتبر حائط الصد ناجحا تماما إذا ما انحرفت الكرة *Deflected high* أو سقطت في أحد جانبي نصفي الملعب أو تقع على مقربة من اللاعب المهاجم، أو أن أحد لاعبي الصد أجبر المهاجم على ارتكاب خطأ.

ختاما يمكن القول بأن حائط الصد يعتبر من المهارات الصعبة في الأداء ولكنها من ناحية أخرى تساعد الفريق على تسجيل النقاط في مواقف المباراة المتباينة.

حائط الصد المتعدد *Multiple blocking*

شكل آخر من أشكال حائط الصد ألا وهو حائط الصد المتعدد الذي يكون منفذا بأكثر من لاعب، ويلاحظ في هذا الشكل من أشكال حائط الصد أن أحد اللاعبين هو المسئول فيما يختص بمحاولة إيقاف الهجمة، عادة ما يؤدي هذا اللاعب الصد كما لو كان في حالة صد فردي، بينما لاعب واحد أو كلاهما ينضما إليه، ففي حالة انضمام لاعب واحد يصبح حائط صد زوجي *Double block* أما في حالة انضمام لاعبان فيصبح حائط صد ثلاثي *Triple block*، هنا يجب أن توضح ملحوظة هامة، وهي تتعلق بالضبط أو تنظيم *Adjusting* بمعنى أنه يجب في حالة الصد المتعدد *Multiple block* بواسطة لاعبان أو ثلاثة أن يضبطوا أو ينظموا مراكزهم التي عادة ما يرتبط هذا بالمركز أو الموضع الذي يمثل الأساس الذي من خلاله يعد اللاعب نفسه للوثب، أيضا يجب أن يكون انضمام هذا اللاعب إلى زميله أو انضمام هؤلاء اللاعبين مع بعضهم البعض منفذا ومؤيدا بانتباه تام وتركيزا عاليا لتنفيذ مهمة الصد، عنه في حالة المهاجم أو الكرة.

وللإيضاح نجد أن لاعب الصد هذا المنضم إلى لاعب (الصد الأساسي)، لو فضلنا أن نطلق عليه يجب أن يكون انضمامه، بحيث يأخذ الزوايا البعيدة للمهاجم، الذي ربما يكون له أسلوب آخر، في كيفية الضرب، بمعنى أن يكون قادرا لأن يضرب الكرة بقوة أكثر أو أبعد عن أيدي لاعبي الصد.

الحقيقة الهامة أنه يجب أن ينوه أو يشير إليها كل من المدرس أو المدرب، وهي أن جميع أيدي لاعبي الصد يجب أن تكون قريبة بما فيه الكفاية حتى لا تستطيع الكرة أن تمر من بين أيديهم.

لماذا يكون حائط الصد الفردي والمتعدد مهما؟

Why are single and Multiple Blocks important?

إذا ما افترضنا ان لاعبي حائط الصد المكلفين بمهمة تنفيذ ذلك الحائط قد نجحوا في إيقاف هجوم الخصم، ومنع الكرة من الدخول إلى ملعبهم. فالأمر الطبيعي أن مثل هذا العمل يجبر الفريق المهاجم على محاولة الإعداد للهجوم مرة ثانية، ولهذا سوف يكون هناك وقت أطول سوف يستغرقه الخصم لمعاودة لعب الكرة، وبالتالي فهي فرصة عظيمة لاحتمال ارتكابه خطأ ما، هذا من ناحية ومن الأخرى أن هذا يعطي الفريق المدافع نقطة أو كرة خارج الحدود ***Side out ball***.

أما في حالة انحراف حائط الصد بالكرة اتجاه جزء من ملعبهم، فإن مثل حائط الصد هذا يعتبر ناجحا، إذ أن العمل أو التنفيذ الخططي لحائط الصد باخذ الوقت الكافي لاتخاذ وضع الجسم المناسب للعب الكرة التي انحرفت بحيث تكون قد وصلت إليهم بأقل قوة قصوى لها، حيث لعب حائط الصد دورا هاما في امتصاص قوتها.

أن الجزء الأعظم للضرب القوي للكرة (لطمها أو صفعها ***Territory***) عن حائط الصد كذا الطرقعة الناتجة من ضرب الكرة في أيدي لاعبي الصد) أثناء الضرب والتي من الممكن أن يسمح بعد المهاجم، وأيضا من شأنه أن يزعزع الثقة في الضارب (المهاجم)، فإن ذلك إنما يدل على أن هذا الحائط قوي، هنا سوف يجعل المهاجم يفكر جيدا قبل تنفيذ مهمة الضرب، أيضا فإن مثل حائط الصد هذا سوف يسمح للاعبي الدفاع بأن يأخذوا الوقت الكافي لكي يحتلوا مراكزهم الدفاعية.

وعلى المدرب الناجح أن يسمح دائما بوجود أو تنفيذ حائط صد عريض ***wider block***، وذلك عن طريق تكوين حائط صد زوجي ***double block*** معظم فترات اللعب الدفاعي، شرط ان يتسم مثل هذا الصد بالقوة.

ويجب أن يعلم كل مدرب حقيقة هامة، وهي أن عامل التوقيت لتحديد تنفيذ واستخدام حائط صد متفق عليه أمر بالغ الأهمية فالتوقيت لاتخاذ مثل هذا القرار قصير بنسبة كبيرة، خاصة في حالة الدفاع ضد الهجوم السريع ***Quick Attack*** والذي غالبا ما يتم ليصل لمنتصف الملعب.

إن معظم الفرق غالبا ما تنفذ حائط الصد الفردي ***A single block*** من جميع المناطق الثلاث على الشبكة (٢، ٣، ٤)، وهذا يسمح بوجود (٥) خمس لاعبين بالطبع لمهام الدفاع عن الملعب، وإن كان بعض المدربين يفضل استخدام مثل هذه النوعية من حائط الصد من منتصف الشبكة والحجة في ذلك سهولة اتخاذ بقية اللاعبين لأوضاع الدفاع بسرعة مع تغطية مساحة من الملعب، بينما تستخدم حائط الصد الزوجي ***Double Block*** الأكثر مساحة عرضية قرب الخطوط الجانبية مركزي (٢، ٤).

كيف تنفذ حائط الصد الفردي

How to Execute the single Block?

بمجرد ما يبدأ اللاعب المكلف بمواجهة ملعب الخصم للقيام بمهمة تنفيذ حائط الصد الفردي، وذلك على مسافة (١ قدم) أي حوالي ٣٠٠ سم من الشبكة، يجب أن تكون يدي اللاعب القائم بالصد للخارج وجانبا في مستوى الكتفين، أيضا راحتي كف اليد تواجهه للأمام مع ملاحظة أن تكون أصابع كلا الكفين منتشرة عرضا ***Fingers spread wide***، ومراقبة المعد المعاكس ***The opponents setter***، كذلك الانتظار حتى تعد الكرة إلى المهاجم عبر الشبكة (بالنسبة لموقع لاعب الصد)، ثم يدل المراقبة فجأة لتلاحظ المهاجم حتى تجيئه الكرة ***Blacker into view*** بمعنى أن لاعب الصد قد وضع نفسه في منظر أو موضع يسمح بمراقبة الضرب.

كما يجد على كل من المدرب والمدرس أو حتى اللاعب أن يركز على ضرورة التنبيه على لاعب الصد بتغيير وضع الجسم أثناء الصد، بمعنى أن يحاول لاعب ان يشكل نصفه عرض جسمه ***Line up- on – half body width*** اتجاه

جانب الضرب لملعب الخصم، وفي الحال بعدما يثب المهاجم لإتمام الهجوم، عليك (لاعب الصد) ثني ركبتان مع الوثب للوصول إلى اقصى نقطة فوق الحافة (القمة) العليا للشبكة، مع جعل اليدان تتوغلان داخل ملعب الخصم أو المنافس مع مراعاة الناحية القانونية ولا ينسى لاعب الصد أثناء توغل اليدان ضرورة توجيهها على كلا جانبي الذراع الضارب للمهاجم، مع محاولة جعل الكرة ترتد بعيدا عن أيدي لاعب الصد.

فورا وبعد إتمام الصد بنجاح العودة إلى الأرض والهبوط على كلتا القدمين، بعيدا عن الشبكة، انظر الشكل.

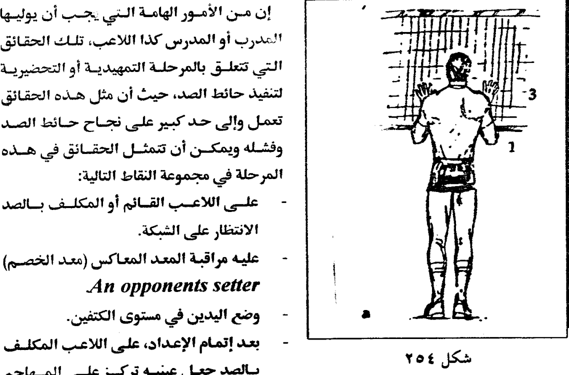
مفاتيح النجاح في حائط الصد الفردي

Keys to Success single block

المراحل الفنية الثلاث لحائط الصد

المرحلة التمهيدية (قبل بدء حركة الصد) *Pre block action*

شكل الاستعداد *Pre Paration Phase*



إن من الأمور الهامة التي يجب أن يوليها المدرب أو المدرس كذا اللاعب، تلك الحقائق التي تتعلق بالمرحلة التمهيدية أو التحضيرية لتنفيذ حائط الصد، حيث أن مثل هذه الحقائق تعمل وإلى حد كبير على نجاح حائط الصد وفشله ويمكن أن تتمثل الحقائق في هذه المرحلة في مجموعة النقاط التالية:

- على اللاعب القائم أو المكلف بالصد الانتظار على الشبكة.
- عليه مراقبة المعد المعاكس (معد الخصم) *An opponents setter*.
- وضع اليدين في مستوى الكتفين.
- بعد إتمام الإعداد، على اللاعب المكلف بالصد جعل عينيه تركز على المهاجم

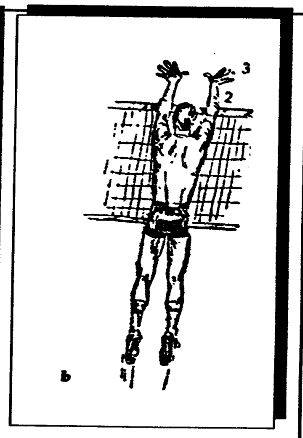
شكل ٢٥٤

المعـاكس (مـهاجم الخصـم). ***An opponents Attacker***

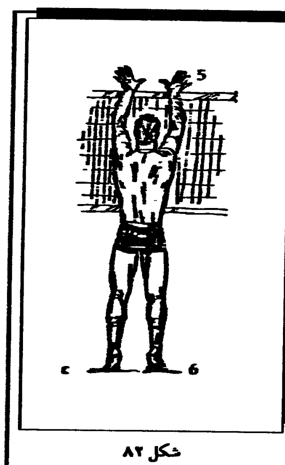
- وضع يدا القائم بالصد على ذراع الضارب (لحظة لمس الكرة).

المرحلة الأساسية (لحظة لمس الكرة أثناء الصد *Blocking*)

شكل التنفيذ *Execution phase*



شكل ٨١)



شكل ٨٢

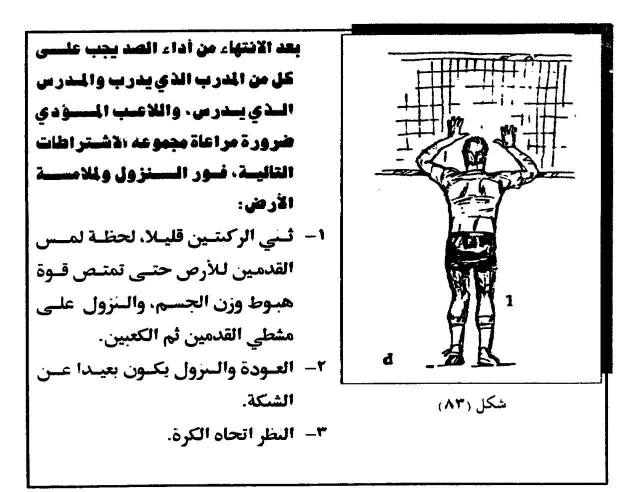
امتدادا لأهمية ارتباط كل مرحلة بالتي تليها، تعتبر المرحلة الأساسية هي مرحلة التنفيذ الحقيقي. حيث يكون فيها لمس الكرة (صدها) لذلك يجب على المدرس والمدرب كذا اللاعب مراعاة الاشتراطات التالية عند تدريب أو

تدريس او تنفيذ حائط الصد الفردي:

١- على لاعب الصد الوثب في الحال عقب وثب مهاجم الخصم.
٢- الذراعان ممتدان لتصلا فوق قمة الشبكة.
٣- تتوغل اليدان داخل ملعب الخصم.
٤- شكل أحد نصفي (عرض) جسمك إلى اتجاه الجانب الضارب للمهاجم.
٥- مع سحب اليدين.
٦- النزول على كلا القدمين مع ثني الركبتين لحظة لمس الأرض لامتصاص قوة وزن الجسم.

المرحلة الختامية (بعد أداء الصد) *After Blacking*

شكل المتابعة *Follow Through Phase*



شكل (٨٣)

بعد الانتهاء من أداء الصد يجب على كل من المدرب الذي يدرب والمدرس الذي يدرس، واللاعب المؤدي ضرورة مراعاة مجموعة الاشتراطات التالية، فور النزول وملامسة الأرض:

١- ثني الركبتين قليلا، لحظة لمس القدمين للأرض حتى تمتص قوة هبوط وزن الجسم، والنزول على مشطي القدمين ثم الكعبين.
٢- العودة والنزول يكون بعيدا عن الشبكة.
٣- النظر اتجاه الكرة.

كيف يكون تنفيذ حائط الصد المتعدد؟

How to execute multiple blocks?

تكون طريقة التنفيذ الخاصة بكل من حائط الصد الزوجي ***The double block***، وحائط الصد الثلاثي المعروف بـ ***Triple block***، مشابهة تماما لطريقة تنفيذها حائط الصد الفردي، وأن الاختلاف الرئيسي بالنسبة للصد للاعبين أو ثلاث لاعبين يكون في كيفية اتصال اللاعبين معا انظر الشكل (   ).

وعندما يكون الصد من على أحد جانبي الملعب أو في طرفي الشبكة، على اللاعب الخارجي الموجود في مركزه (٢) أو (٤) أن يعد نفسه للصد في نفس اللحظة على لاعب الصد الأوسط الموجود في (٣) أن ينضم إلى لاعب الصد الخارجي، وعند التحرك للانضمام إلى لاعب الصد الخارجي، يجب على لاعب الصد الأوسط أن يراقب تحرك لاعب الصد الجانبي بالنسبة لهذا المركز، حيث أن هذه المراقبة من لاعب الصد الأوسط تساعده في الوثب في نفس الوقت معا، ولكن مع ملاحظة أن تكون أيدي لاعبي الصد الخارجي تتشكل مع الكرة، بينما أيدي لاعب حائط الصد الأوسط قاطعة للزوايا البعيدة.

وعندما يكون لاعب الصد الأوسط هو الذي عليه إتمام مهمة الصد من منتصف الشبكة، ويكون الإعداد من الجهة العكسية المقابلة للمهاجم فيها عاليا بدرجة كافية، هنا يجب على كل من لاعبي الصد الخارجيان الموجودين في (٢، ٤) أن ينضما إلى لاعب الصد الأوسط مشكلين لحائط الصد الثلاثي ***The triple block***، خلال تأدية هذا النوع من الصد يجب أن تتشكل أيدي لاعب حائط الصد الأوسط مع الكرة، بينما تكون ايدي لاعبا الصد الخارجين قاطعا للزوايا البعيدة.

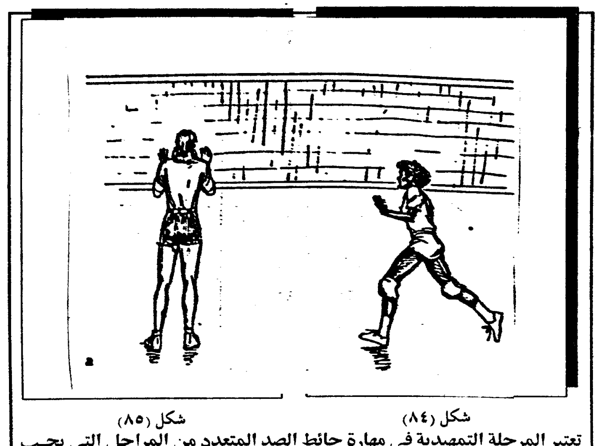
مفاتيح نجاح إتمام حائط الصد المتعدد

Keys to Success Multiple block

تمثل مجموعة الحقائق أو الاشتراطات التالية التي سوف ترد هنا فيما بعد أمام كل مرحلة من المراحل الفنية الثلاث للمرحلة التمهيدية – الأساسية (الصد) – الختامية (بعد الانتهاء من الصد)، حقائق هامة يجب أن يعيها ويستوعبها كل من المدرب عند تدريبه والمدرس عند تعليمه واللاعب عند تطبيقه، غد أنها تمثل مفاتيح النجاح لمهارة حائط الصد سواء كان فردي، أو ثنائي أو ثلاثي، مع ملاحظة أن كل مرحلة ترتبط بالتي تليها ولا يوجد فاصل بينهما، لذلك يجب أن تراعى نقاط كل مرحلة بكل دقة وبذا نضمن في النهاية الإنجاز الأمثل لمهارة الصد.

المرحلة التمهيدية قبل تنفيذ الصد *Pre Block*

شكل الاستعداد *Preparation phase*



شكل (٨٥) شكل (٨٤)

تعتبر المرحلة التمهيدية في مهارة حائط الصد المتعدد من المراحل التي يجب أن يوليها كل من المدرس أو المدرب وكذا اللاعب كثيرا من الاهتمام، خاصة

وأن اللاعب المؤدي هنا مشترك في الأداء مع زميل له، كذلك يجب أن تكون مجموعة الاشتراطات التالية من الأمور الهامة التي يجب أن ينظر إليها جميع العاملين في مجال الكرة الطائرة بشيء من الاهتمام، وهذه الاشتراطات تتمثل في الآتي:

١- بعد إتمام الإعداد في الناحية العكسية يجب أن يكون تركيز لاعب حائط الصد الأوسط (٣) الذي تحرك للانضمام إلى لاعب الصد الخارجي الذي يعد نفسه لمهمة الصد.

المرحلة الأساسية (أثناء أداء الصد) *Blacking*

شكل التنفيذ *Execution Phase*

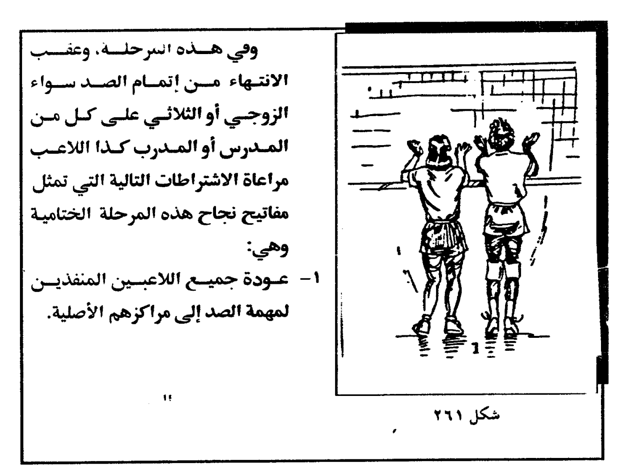

شكل ٢٦٠

وفي هذه المرحلة يكون كلا اللاعبين أو الثلاث لاعبين قد انضما إلى بعضهم البعض، وقد اتخذا قرار تنفيذ حائط الصد الزوجي أو الثلاثي، إلا أن هناك بعض الاشتراطات التي تمثل مفاتيح نجاح شكل التنفيذ في هذه المرحلة وأهم الاشتراطات التي يجب أن يراعيها كل من المدرب، والمدرس حركة اللاعب وهي:

١- على كل من لاعبا الصد أن يثبا معا *Simulameously*

المرحلة الختامية (بعد الانتهاء من الصد) *After Blacking*

شكل المتابعة ***Follow Through Phase***



شكل ٢٦١

وفي هـذه المرحلـة، وعقـب الانتهاء مـن إتمـام الصـد سـواء الزوجـي أو الثلاثـي علـى كـل مـن المـدرس أو المـدرب كـذا اللاعـب مراعاة الاشتراطات التالية التي تمثل مفاتيح نجاح هذه المرحلة الختامية وهي:

١- عـودة جميـع اللاعبـين المنفذيـن لمهمة الصد إلى مراكزهم الأصلية.

استكشاف أخطاء حائط الصد ***Detecting Blocking Errors***

إن جميع الأخطاء التي يمكن أن يرتكبها لاعبي حائط وتحدث أثناء تنفيذ حائط، يمكن أن يكون لها مظهران:

- المظهر الأول المرتبط بـالأداء الفعلـي ويطلـق أخطـاء الأداء ***Errors in technique.***
- المظهر الثاني وهو المرتبط بالتوقيت ويطلق عليه أخطاء التوقيت ***Errors in timing.***

وعادة ما تتمثل نتيجة الأخطاء في الأداء في انحراف أو ميل الكرة، كما هو الحال السائد والذي تكون فيه الكرة بالنسبة للاعبي الدفاع في الملعب الخلفي ***For the back court defensive players***، صعبة الاستجابة، بينما تتمثل أخطاء الصد عادة في التوقيت حيث أن اللاعبين يفقدوا المدرة تماما في القيام بمهمة الصد.

ويتفق كثيرا من المتخصصين في مجال تدريس وتدريب الكرة الطائرة على أن حائط الصد المنفذ جيدا وبنجاح ويستحق الاعتبار، حتى لو لم يلمس لاعبي الصد فيه الكرة، والسبب في ذلك مرجعه أنه أصبح للاعبي الدفاع أقل منطقة لتغطيتها.

الأخطاء والتصحيح في الصد

Error's and Correction for the block

Error الخطأ	***Correction* التصحيح**
١- أثناء الصد، لاعب الصد يثب لإتمام الصد قبل اكتمال هجوم الخصم. شكل (٨٨)	١- على لاعب الصد، مراقبة المعد المعاكس (الخصم) حتى يستطيع أن يتعرف أين سوف يكون موضع إعداده المتوقع؟ ثم بعد ذلك مراقبة المهاجم حتى تكون كل من أيدي المهاجم والكرة كلاهما في منظور واحد أو مشهد واحد.

Correction التصحيح	Error الخطأ
٢- علـى لاعــب الصــد الانتظــار والوثب، بعد أو بمجرد ما يثب اللاعب المهاجم المعاكس.	٢- لاعــب الصــد يعــود إلى الأرض أثناء لمس المهاجم للكرة. شكل (٨٩)
٣- يجب عليك ألا في اتخاذ قرار خطوات الاقتراب حتى تكون الكرة في منتصف المسافة بينك وبين المعد. - باعد أصابع اليدين عن بعضهما البعض انتشار الأصابع، وبعرض اليدان، مع ملاحظة أن تكون الإبهامان تشيران إلى السقف (أعلى).	٣- أصابع يد اللاعب المكلف بمهمة الصد (حائط الصد) مضمومة. شكل (٩٠)

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
٤- اللاعب المكلف بمهمة الصد، يهبط برجليه مستقيمتان مفرودتان.	٤- يجب على لاعب الصد أثناء (النزول أو الهبوط) بعد إتمام الصد ثني الركبتين أثناء النزول، لامتصاص قوة الاصطدام بالأرض.
٥- اللاعب المكلف بمهمة الصد يضع أو يشكل جسمه مع جسم المهاجم (متأخر).	٥- على لاعب الصد الصعود وتشكيل نصف عرض جسم اتجاه الذراع الضارب للمهاجم.
٦- عند الانضمام لتكوين حائط صد زوجي *Double block* أو حائط صد ثلاثي *Triple Block*، يتحرك لاعبي الصد المنضم إلى لاعب الصد الآخر لحظة التمهيد أو الإعداد للصد فيحدث الاصطدام	٦- يجب على لاعب الصد المنضم أن يركز أو يسلط الأضواء على لاعب الصد الآخر الذي يعد نفسه للصد، وليس التركيز على الكرة.
٧- الكرة تلمس أيدي لاعب الصد وتظل في جانب الشبكة ناحيته.	٧- يجب على اللاعب المكلف بمهمة الصد جعل كتفيه مربع *Square* بالنسبة للشبكة وذلك قبل مرحلة الوثب.

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
شكل (٩١)	
٨- عند انضمام لاعب صد للاعب آخر لإتمام حائط زوجي ***double block*** فإن اللاعب المنضم يضع يديه تجاه يد الضارب المهاجم (انظر الشكل الذي ورد في الخطأ رقم (٧))	٨- مجرد ما ينضم لاعب الصد لزميليه، فإن على هذا اللاعب المنضم حماية الزاوية ناحيته فقط وليس عليك المبالغة للوصول إلى الكرة.

حائط الصد بفكر (بتعقل)
Mental Blocks

يذكر ج. ج. ساندور ***C.C Sandor*** إن مهارة الصد الدفاعي تمثل الخط الدفاعي الأول، الذي يجابهه هجوم الخصم (الفريق المنافس)، بمعنى آخر هو ذلك الخط الدفاعي الذي يتلقى أكبر عدد من الضربات الهجومية أو كم هائل من الضربات ***a lot of hits***، كما أنه من المهارات الدفاعية التي تشكل مضايقة أو إزعاج للخصم أثناء أدائه للضرب، خاصة إذا ما أوديت لنجاح، وعليه اشاساندور ***Sandor*** إلى حقيقة هامة تتعلق بهذا الشأن، فيقول عنه:

"إن التفكير المناسب للنسق (أو الطريقة)، للمادة (الشيء) الخاص بحائط، من الممكن أن يساعدك تماما أمام الاتجاه المعاكس تماما"

"Proper through processes can help you stuff just a bout any one"

فيما بين جميع المشاهدات (أو السيناريوهات) ***scenarios*** الحادثة في الكرة الطائرة الشاطئية، والتي تثبط من العزيمة، ربما لا يكون أسوأ شئ يمكن أن يواجهك أكثر من أن يكون لديك في الجهة العكسية (أمامك) ضارب يحصل على الكرة مرة، ثم مرة تلو المرة، مرة ثالثة، بمعنى آخر، يستحوذ على الكرة في كل مرة يضرب بها حائط الصد ***perhaps none is worse than having a hitter get the ball by you again and again and again***.

فهذا الشيء والخاص بالضرب المستمر، من الممكن أن يحصل باستمرار وبصورة سيئة لدرجة أنك سوف تشعر بأن من تقوم به ليس هو حائط

دفاعي يقف في مواجهة الضربات، ولكنه ببساطة هو أن ما تقوم به عبارة عن تدريب على الوثب بزيادة (كفاية عن فشلك في صد ضربات الخصم).

"That you feel that what you're doing isn't blocking but simply extra jumping practices, because your failing in blocks this bitting balls",

وعلى العموم وفيما يختص بهذا الشيء، فإذا كان هذا الصوت (صوت صد الكرة)، مألوفا، صدق أو لا تصدق، فإنه يبقى هناك أمل، (في صد الكرة ومقابلتها.

if that sounds familiar, believe it or not there is a hope", to blocks ball .

وذلك امر حقيقي، خاصة وأنت مؤمن بأن حائط الصد هو شيء هام يساعد في تحقيق العمل الدفاعي، خاصة أيضا إذا توافر في هذا الحائط البشري الارتفاع الجيد ***a good height***، طول الذراع ***arm length***، الوثب العمودي ***vertical jump***، ***leap***، الأداء الفني ***technique***، وكذا الذكاء (الفطنة) ***smarts***، تلعبان دورا كبيرا.

والآن إليك بعض النقاط توضح لك كيفية إتمام الصد، أمام أي ضارب، وخلال أي موقف تقريبا.

Here are a few tips on how to block almost any hitter in almost any situation:

(١) قم بإيجاد (أو تكوين) أو (خلق) سقف محكم مع الشبكة.

1- create a good seal with the net.

إن أحد مفاتيح النجاح لإتمام مهمة الصد تتمثل في أنه يجب عليك القيام ببناء حاجز (عائق خرساني قوي)، يتمثل في وضع الذراعين متصلبان مشدودتان

تمتدان لأعلى الحافة العليا للشبكة. حتى لو كان هذا يعني أن تجعل يداك عمود متقاطعا) مع الشبكة.

Is to build a solid barrier, that extends over the net even if it just means getting your hands a cross the net.

وبمجرد وصولك لأعلى نقطة فوق الشبكة، يجب أن يكون هناك فراغ (اتساع مسافة) بين ذراعيك قدر المستطاع، وقمة الحافة العليا للشبكة، يعني عدم تلامس الذراعين للشبكة.

As you reach over there should be as little space as possible between your arms and the top of the net.

ولو كان باستطاعتك أن توجد (تخلف) سقف (كسدادة زجاجة محكمة) مع الشبكة دون أن تلمسها، فإن سوف يكون باستطاعتك أو بمقدورك بالتالي أن تجعل ضرب الكرة بعيدة عن يديك، ويجبرها على أن ترتد لأسفل جسمك في الجانب الخاص من شبكتك.

Of you can create a tight "seal" with the net without touching it, you'll make it impossible for hitter to bogy off your hands and force it to dribble down your body on your side of the net".

ولك توجد (أو تكون) تلك السدادة المحكمة أعلى سقف الشبكة ***the seal***، كما عليك أن تتذكر الإنجاز التام للامتداد الكامل للذراعين، مع ملاحظة أثناء ذلك أن تعمل على ضرورة تثبيت المرفقان (مضمومتان) ***(elbows locked)*** وجعل الكتفان تهتزان (تهتز باللامبالاة) ***shoulders shrugged*** (حركة اهتزاز الكتفين كأنها حركة لامبالاة)، الرأس لأسفل ***head down***، العينان لأعلى ***eyes up***، والوصول لأعلى نقطة فوق الشبكة، بأسرع وقت قدر المستطاع، وفي حالة إذا ما جعلت كقائم بالصد رسغيك ويديك فقط، هما اللتان أعلى الشبكة ***if you get your wrists and hands over the net***، فإنه من

الأفضل في هذه الحالة، أن توجد أو تكون (سدادة محكمة) *critical*، بمعنى آخر أن تقوم بعمل يديك كأنها سدادة (تغطي) تحكم (تكون سقف أعلى الحافة العليا للشبكة، وذلك عن أنك تترك يديك (كفيك) مسطحة لأعلى – *flat – up and down well* أسفل الكرة، لأن تتدحرج عليها الكرة، هنا يجدر الإشارة.

(٢) فكر أن يكو (حائط صدك) درع واقي (حائل واقي) وليس سلاح

(2) Think that (your blocks), "Shield" not "Weapon".

بينما نجد أن حائط الصد يشكل سلاح *a block is a defensive weapon*، فإن هذا الأمر يساعدك في أن تكون حركة الصد *blocking action*، والتي تقوم بها كمدافع، تمثل درع وقائي (حائل واقي) *action as a shield*، أو كساحة لكي تقهر الكرة ضد المهاجم *a force field a gain a hitter*، وليس (حائط) مناورة أو خطة بارعة هجومية *not an offensive maneuver* .

نحن نلاحظ أنه وفي أثناء ممارسة لعبة الكرة الطائرة أن هناك لاعبين كثيرين المكلفين بالصد، يحاولون الهجوم على الكرة أثناء إتمام حائط الصد، وذلك بواسطة الصفع (لطشها)، بمجرد لمس الكرة من مثل خصومهم وعبورها الشبكة، إلا أن هناك اعتبارات في هذا الشأن والتي منها:

- إن حدوث مثل هذا الشيء من الممكن أن يؤدي إلى نتيجة غير مرغوب فيها ***this can produce an undesirable result***.

❖ ليس هناك إحكام (سدادة محكمة)، على الحافة العليا (قمة) الشبكة

❖ ***it unseals the top of the net.***

❖ أنه أيضا يؤدي إلى انخفاض نسبة الأولوية أو الأفضلية

❖ ***it's a low percentage opportunity.***

❖ وذلك بسبب أنك سوف يكون لديك الوقت لأن يكون صفعك (لطشك) للكرة صحيح تماما، اثناء ضرب خصمك لها

❖ *because you have to time your slap exactly right, to reject your opponent's hit.*

❖ أنه ليس بمقدورك (أو) باستطاعتك، أن ترشد (توجه الكرة) حيثما تريد حيث أن هذا الأمر يعتمد على اللمس (الاتصال)

❖ *you can't guide the ball where you want it upon contact.*

❖ أيضا ليصبح أمرا صعبا بالنسبة لفريقك أن يتشكل (يؤخذ الوضع أو التشكيل الدفاعي) بجوارك

❖ *it's very difficult for your teammate to line up for defense behind you.*

❖ ولهذا بدلا من ذلك، عليك أن تفكر بنفسك (وتقرر) ألا يكون حائط صدك لا اختراقي، أو مساحة للمعركة (أو لقهر) الكرة

• *think of your self as an impenetrable well or force field.*

❖ بل عليك أن تكون هدف (غرض)، أعد بطريقة ثابتة، راسخة، لكي يصد قوة الكرة

improbable object set in the place to repel the force of the ball.

حلق بمعنى آخر محاولة الثبات إلى حد ما في الهواء في وضع الامتد
والذراعين واليدين أعلى الحافة العليا للشبكة *old (the arms) that blocks*
as long as possible، وذلك أثناء إتمام الصد لأطول فترة ممكنة على •
المستطاع.

ايضا حاول أن تشكل من وضع جسمك بنفسك ***try to line your self up***، لكي تستطيع الكرة أن ترتد، بعيدا عنك (عن حائط الصد)، ولا تنس أن تجعل الفراغ الذي حولك صحيحا ***Get your spacing right***.

إن بعض اللاعبين المكلفين بالصد سوف نجدهم مختلفين (نعني بذلك أن هؤلاء اللاعبين مختلفين باختلاف طريقة أدائهم للصد)، فنلاحظ أنه لديهم أفضليات (حقوق اختيار) مختلفة ***Deferent players have different preferences***.

فمثلا فيما يختص بالاتساع (عرض الذراعين)ن فنحن نلاحظ أن الاتساع (العرض) الذي يمكن من خلاله أن تنفصل (تتباعد) الذراعين، عند إتمام الصد مختلف من لاعب لآخر

About how wide they will spread their arms during a block..

وهذا العمل الخاص بالذراعين سوف نلاحظ تنوعه ***it varies***، أيضاً من حائط الصد الفردي ***single block***، إلى حائط الصد الزوجي ***double block***، فسوف نلاحظ أنه عند إتمام حائط الصد الزوجي، سوف يكون العرض أو الاتساع (بين الذراعين) عادة أقل من حائط الصد الفردي ***in double the width us generally less than with a single block***.

وعلى العموم، يجب أن نلاحظ أن هناك تشابه أو تماثل ***Assuming***، في حائك الصد الفردي ***solo blocking***، ففي هذا النوع من الصد دع يديك، وذراعيك متباعدتين، مع جعل أصابع يديك منتشرة عن أي رياضة أخرى.

With your finger splayed and rigid to any other in the sport.

الدفاع على الرمال *Defense on the sand*

يعتبر الدفاع على الرمال ***defense on sand***، أخذ المهارات (تدخل) ضمن المهارات تتسم بالصعوبة، والتي من خلالها سوف تلاحظ فيها أن جسمك يمكن أن يمتد للخارج، في أجزاء متماسكة (ملتحمة).

Defense on the sand is a skill that hard to layout in concrete terms.

الدفاع عن الرمال فن أكثر منها علم
Defense on the sand its more an art than a science

يفضل البعض أن يطلق على الدفاع عن الرمال على أنه فن أكثر منها علم، فأنت يجب عليك كلاعب مدافع (أو قائم بالدفاع)، يجب أن تكون لديك المقدرة وكذلك المقدرة *Territory* (مقاطعة) ، التي تمكنك من تغطية ٩٠٪ من الملعب (كمقاطعه تخصك)، حيث أنك سوف تواجه العديد من أنواع الهجوم المختلفة.

You have a territory that covers a bout 90 percent of court, and you will face many deferent kinds o attacks.

والتي منها الهجمات:

- القوية (الهجمات) القوية ***hard *hard attacks)***.
- السهلة (الناعمة) ***soft (soft attacks)***.
- ما بين ذلك هذا وذاك ***between***.

ربما يكون بالنسبة للاعبي الدفاع العظيم أو الكبير *great diggers* داخل الصالات *indoors*، في الكرة الطائرة المعتادة، ربما لا يكون مدافع عظيم *great defender* على الرمال.

A great digger indoors might not be a great defender on the sand.

ففي الملاعب الخشبية أو الصلبة *on hard wood*. يكون لديك منطقة صغيرة إلى حد ما، يمكنك كمدافع أن تتجلى فيها، وتملأ مركزك *on hard wood, you have a smaller assigned area and hold your position.*

حيث في الكرة الطائرة المعتادة، يكون متوقعا أن تهبط الكرة أمامك.

Expecting the ball to land in front of you.

بينما في الكرة الطائرة الشاطئية وفي بعض الأحيان، ربما تأتي الكرة باتجاهك، وهي عالية وترغمك أن تتعامل معها باستخدام مهارة التمرير الدفاعي (وضع الجسم منخفض) ولكن الذراعين من أعلى.

On the beach, the ball might come high forcing you to use an overhand dig.

أو ربما في بعض الحالات تأتي الكرة امامك، وهذا يستلزم منك أن تندفع للأمام مسافة (٣٠) قدم، وتقوم بعمل حركة غطس طلبا للكرة.

On you might to be required to make a 30 foot dash, and dive for the ball.

الفصل التاسع عشر
التمرير الدفاعي العميق
Dig (or) Dig Pass

- ❖ التمرير الدفاعى العميق
- ❖ *Dig or Dig Pass*
- ❖ لماذا التمرير الدفاعى العميق مهم؟
- ❖ *Why it's Dig Pass important ?*
- ❖ كيف ينفذ التمرير الدفاعى العميق؟
- ❖ *How to execute thd dig?*
- ❖ استكشاف الأخطــاء الخاصــة بـالتمرير الدفـاعى العميق وتصحيحها
- ❖ *Errors Detection and correction for the dig*
- ❖ أنت الذى يصنع اللعب
- ❖
- ❖ الأسرار المســتحيلة الخاصــة بـالتمرير الدفـاعى العميق
- ❖





التمرير الدفاعى العميق
Dig Pass



التمرير الدفاعي العميق
Dig or Dig Pass

تعتبر مهارة التمريـر الدفاعي العميـق والمعروفة باسم ***Dig Pass*** بأنها أحد أشكال التمرير من أسفل باليدين معا، إن لم تكن نفسها مـع وجـود اختلاف في شكل مفاصل الرجلين، وكذا وجود اختلاف في المهام الوظيفية أو التطبيقية لهذه المهارة.

وعليه فإنه يمكـن القـول بـأن هـذه المهارة مـن المهارات المتشـابهة أو المترادفة في الأداء والمختلفة الوظيفية شـأنها في ذلـك شـأن مـهارة الإعـداد والتمرير والضرب والإرسال الساحقان، فهما متشابهان في طريقة الأداء ومختلفان في المهام الوظيفية.

ويعد التمرير الدفاعي العميق ***Dig pass*** من المـهارات الأكـثر إثـارة في الكرة الطائرة فهي غالبا ما يطلق عليها المـهارة المثيرة ***Exciting skill***، والـتي تستحوذ قبول معظم المشاهدين، مما تحققه من واجبات ومهام فنية خاصـة أثنـاء متطلبـات الواجـب الدفـاعي، ولذلـك فقـد اتفـق معظـم المتخصصين في مجـال الكرة الطائرة على أنها من المهارات الهامة التي تلي الضرب في الكرة الطائرة.

فعندما تتجه الضربة الهجوميـة أي كـان نوعها أبعد مـن حـائط الصـد أو تنحرف منه أو تميل عنه فإنها تعتـبر مسئولية لاعبي الدفـاع، خاصـة دفـاع منطقـة الخلفية، لمنع هذه الكرة المضروبة من السقوط على الأرض، ولا يتـأتى ذلـك إلا من خلال تنفيذهم لمهارة التمرير الدفاعي العميق (الذي هـو بـالتحديد التمريـر من أسفل باليدين معا من الوضع العميق)، لكي يحافظوا عليها في اللعب.

إن طول اللعب المستمر والذي تكون فيه الكرة ملعوبة ذهابا وإيابا بين فريقين، شرط أن يكون ذلك في استمرارية والـتي يطلـق عليـها ***Rally*** يعتبر مـن

الأمور الأكثر إثارة في مباريات الكرة الطائرة والتي يمكن ملاحظاتها خاصة في المستويات العالية، يعتمد في كثيرا من الأحوال على حسن استخدام وتوظيف هذه المهارة، ويجعل الفريق أكثر إثارة بالنسبة لجميع المشاهدين فهم يقبلون عليه ويشجعونه باعتباره الفريق يتحد فيه القوة مع الإثارة كما في حالة فرق الهجوم القوي.

التمرير من أسفل العميق، المعروف باسم ***dig pass***، ويمثل المهمة الأساسية لدفاع الفريق فإننا نستطيع أن نطلق عليه التمرير الدفاعي العميق ***dig pass***، الذي هو في حقيقة الأمر ما هو إلا عبارة عن استقبال لهجوم الخصم مع النزول بالركبتين من خلال ثنيهما أقصى ما يمكن من ثني، كما أن هذا النوع من التمرير الدفاعي العميق يمكن اللاعب أن يؤديه باستخدام يده واحدة، أو يستخدم كلا اليدين، وعلى كل حال فإن اللاعب يستطيع أن يستخدم يد واحدة فقط في الحالات الطارئة القصوى والضرورية.

بينما عندما نقوم باستخدام التمرير الدفاعي العميق بكلتا اليدين، فإن ذلك يزيد من ضبط وتحكم الكرة وكذا القدرة على توجيه الكرة إلى المكان أو الموضع الذي يرغبه اللاعب.

ومما لاشك فيه ان مهارة التمرير الدفاعي العميق ***digging*** تعتمد على العديد من العناصر لإنجاحها ولكن العنصر الرئيسي والضروري لنجاح التمرير الدفاعي العميق، هو كيف يكون في استطاعة لاعب أو في أي مركز الكرة طائرة أن يقرأ هجوم الخصم، حتى يستطيع بالتالي أن يحصل أو يحقق لك ***Clives*** (المطلوب)، والذي يتعلق بكيفية تحديد اتجاه الضرب القادم عليك سواء ضرب لأسفل ***dink***، والضرب القوي الموجه الساحق والمعروف ***A hard driven spike***، والأخير كما هو معروف تذهب فيه الكرة سريعة جدا، إذ أنها تستغرق أقل من نصف ثانية لكي تضرب الأرض.

ويجب علينا ان نستغل مجموعة المؤشرات السابقة لكي يتصحح الوضع الدفاعي وأيضا لكي يستطيع اللاعب المدافع أو المستقبل أن يكون في

استقبال الكرة عند قيام اللاعب الضارب بالهجوم، إذ أنه في العادة لا يوجد وقت كاف للتحرك بعد أن تكون الكرة قد ضربت، بمعنى آخر يأخذ اللاعب الوضع الدفاعي المناسب (وضع الدفاع العميق قبل ضرب الكرة هجوميا).

ولكن السؤال الذي يطرح نفسه

لماذا التمرير الدفاعي العميق مهم *Why the dig pass important?*

والتمرير الدفاعي العميق يعتبر هو المهارة الوحيدة الناجحة التي نستطيع من خلال استعمالها أو استخدامها في استلام أي هجوم، صحيح أن بعض اللاعبين إن لم يكن معظمهم يستخدم بعض من مهارات الكرة الأخرى خاصة في المواقف الطارئة، ولكن سوف يكون ذلك بنجاح محدود.

ويتميز التمرير الدفاعي العميق الجيد ***good digging*** بأنه من المهارات المثيرة المظهر أو الهيئة في المباراة، وهذا بالتالي يضفي عليها صفة أخرى ألا وهي جدية الأداء خاصة أمام الكرات القوية والقريبة من الأرض ومنعها قبل ملامسة الأرض، وهذا يعطي احترام أكثر للاعب المؤدي لها بصفة خاصة، والقدرة على استئناف اللعب بصفة عامة.

كما أننا نستطيع بجانب ما سبق ذكره أن نضيف تمايز آخر لمهارة التمرير الدفاعي العميق والقوي وهو المقدرة على إحباط القوى الكاملة ***power full*** للضاربين وجعلها بلا فائدة، وباستمرار هذه الحالة من الإحباط لدى مجموعة مهاجمي الخصم إذا ما كان الضرب الموجه القوي يقابله من الناحية الأخرى تمرير دفاع عميق قوى، نرى بأن على هؤلاء الضاربين أن يغيروا من استراتيجيتهم الهجومية، وبالطبع هذا بالتالي يؤدي إلى حدوث الأخطاء بواسطة هؤلاء المهاجمين.

كيف ينفذ التمرير الدفاعي العميق؟

How to execute the dig?

إن طريقة أداء التمرير الدفاعي العميق (من أسفل مستوى الكتف) في الكرة الطائرة تكون مشابه إلى حد ما لمهارة التمرير من أسفل باليدين معا ***Forearm pass***، والاختلاف الرئيسي بينهما هو أن التمرير من اسفل اليدين معا يكون لدى اللاعب الوقت الكافي للتحرك، واتخاذ الجسم للوضع السليم للعب الكرة، بعكس التمرير الدفاعي العميق ***The dig pass***، إذ يجب على اللاعب أن تكون سرعة رد فعله عالية ويستجيب للعب الكرة، وعليه فإننا نلاحظ أنه يجب أن تلعب الكرة خلال وقت قصير وتغير من استراتيجية وضع الجسم بما يتفق واستراتيجية خروج أو توجيه الكرة المضروبة أو أي كرة هجومية ساقطة أو ***Placement***.

وعندما يؤدي اللاعب التمرير الدفاعي العميق يجب أن يسمح بسقوط الكرة لأسفل قدر الإمكان أو المستطاع، وهذا لا يتأتى إلا بالثني الكامل للركبتين، وهذا بالتالي يزيد من الوقت الذي يجب على اللاعب فيه لعب الكرة، كما يسمح له خلال هذه القوة القصيرة بالتفكير في استراتيجية لعبها وتوجيهها.

ولا يكتفى بذلك فقط عند تنفيذ طريقة أداء هذا النوع من التمرير، ولكن بالتالي يجب ضرورة التنويه إلى عمل الذراعين (الثلث الأول من الساعد) الذي يجب أن يستغل كوسائد ***As Cushion***، هذا بالتالي يؤدي إلى امتصاص قوة الكرة الناتجة من الضرب، خاصة الضرب القوي الموجه ***The hard drive spike***، وتوجيهها إلى أقرب نقطة في منتصف الملعب، وهذا بالتالي يجعل هذه الكرة أسهل للاعب المعد ***The setter*** أن يلعبها.

وفي طريقة التمرير الدفاعي العميق ***The Digging*** يجب أن تكون هناك حركة ***Flick your wrests*** (حركة غرف من الرسغين)، أن ثنيهما لأسفل

ثم لأعلى فجأة. مع مد المرفقين لحظة لمس الكرة للتحكم في ارتفاعها، وهذا بالتالي يجعل الكرة دائما تكون في نصف ملعب وقرب أو على الشبكة.

وبعد إتقان مهارة التمرير الدفاعي العميق والتأكد من ذلك يجب العمل على ضرورة مزج مثل هذه المهارة لتكون مصاحبة مع مجموعة مهارات دفاعية أخرى كما هو الحال في مهارة الانبطاح *sprawl* الذي هو عبارة عن الامتداد أو الانبساط الكامل للجسم مع وجود أحد الركبتين مثنية على الأرض وفرد الرجل الأخرى والتي سوف نتناولها في خطوة لاحقة.

مفاتيح النجاح للتمرير الدفاعي العميق *Keys to success dig*

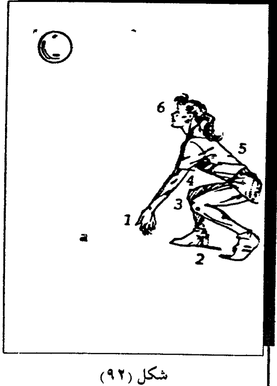
المراحل الفنية الثلاث للتمرير الدفاعي العميق

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre contact*

شكل الاستعداد *Preparathion Phase*

تعتبر هذه المرحلة التمهيدية (أو التحضيرية) قبل لمس الكرة من المراحل الهامة في مهارة التمرير الدفاعي العميق *Digging*، التي يجب أن يهتم بها المدرب عند تدريبه، والمدرس عند تعليمه واللاعب عند تطبيقه، وبعد أن استرسلنا في كيفية تنفيذ هذه المهارة فيما سبق، كان من الواجب أن نشير إلى مجموعة النقاط التالية التي يجب أن يراعيها كل منها في هذه المرحلة وهي:

١- وضع اليدان.
٢- استقامة القدمين بعرض الكتفين.
٣- ثني الركبتين.
٤- الذراعين متوازيتين للفخذين.
٥- الظهر مستقيم.
٦- العينان على الكرة.



شكل (٩٢)

المرحلة الأساسية (اللمس) *contact*

شكل التنفيذ *Execution Phase*



شكل (٩٣)

وهذه المرحلة امتدادا للمرحلة السابقة إذ لا يجوز الفصل بينهما، بل هي تعتبر مرحلة الأداء الفعلي (لمس الكرة)، ونظرا لأهميتها فلقد رأينا ضرورة الإشارة إلى مجموعة الاشتراطات التي يجب أن يراعيها كل من المدرب أو المدرس وكذا اللاعب عند تنفيذه لهذه الحركة. هذه النقاط تتمثل في الآتي:

١- اصبعا إبهام اليدين متوازيان.

٢- مؤخرة اليدين معا.

٣- الوصول للكرة.

٤- إسقاط الكتفين أقرب للهدف.

٥- امتداد خفيف للجسم اتجاه الكرة.

٦- حركة *(Poking)* للأمام ولأعلى.

٧- (غرف الرسغين *Flick wrists*) بمعنى ثني الرسغين لأسفل ثم لأعلى أثناء الحركة، مع امتداد المرفقين.

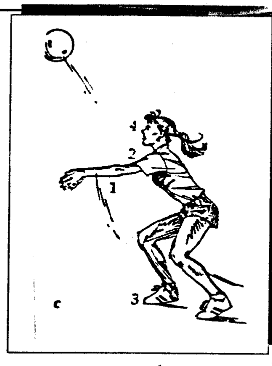
٨- احصل على أكبر ارتفاع.

٩- حركة المقعدة للأمام.

١٠-راقب لمس الكرة للذراعين.

المرحلة الختامية (بعد اللمس) *After contact*

شكل المتابعة *Follow through phase*



شكل (٩٤)

وللحكم على نجاح هذه المهارة ***The dig pass*** يجب أن يكون الوضع النهائي للجسم مشابها إلى حد كبير للوضع مثل تنفيذ المهارة. لذلك يجب على المدرب أو المدرس وكذا اللاعب ضرورة التأكد من مجموعة النقاط التالية بالنسبة لهذه المرحلة (بعد الانتهاء من لمس الكرة).

١- الذراعان على شكل مصطبة ***platform*** تجاه الهدف.

٢- الذراعان لا تتعدان مستوى الكتفين.

٣- تحويل ثقل الجسم للأمام.

٤- العينان تتابعان الكرة اتجاه الهدف.

استكشاف الأخطاء الخاصة بالتمرير الدفاعي العميق وتصحيحها:

Error's Detection and Correction for the dig pass:

تعتبر مهارة التمرير الدفاعي العميق ***The dig pass***، (التمرير من أسفل باليدين معا من الوضع المنخفض) (أو الوقفة العميقة) من المهارات الدفاعية الأكثر صعوبة لكي يتقنها جميع اللاعبين ويحاولون تسيدها، وذلك مرجعه إلى القوة الخاصة التي تجابهها مثل هذه المهارات أثناء الضرب الهجومي بأنواعه سواء بطريقة الضرب الهجومي بأطراف الأصابع أسفل خط الهجوم ***Dink***، أو بالضرب بالسرعة المحدودة وبأقل قوة قصوى ***off speed spike***، الضرب الموجه القوي ***The hard driven spike***، أو الضرب السريع ***quick spike***، ليس هذا فقط بل أيضا ما يختص بكيفية تحديدهم الوقت الذي تأخذه الكرة

لكي تتجه من يد الضارب (المهاجم) إلى اللاعب المكلف بتنفيذ مهام الدفاع العميق *Dig*، والتي هي في العادة تتراوح ما بين ٠,١٧ إلى ٠,١٩ جزء من الثانية، عن كل من *Bonne*، بربارا *Barbara*، وهذا ما يجعل هذه المهارة (التمرير الدفاعي العميق *Dig*) من أكثر مهارات اللعب التي تتميز باستجابة، والتي صنفها متخصص الكرة الطائرة على أنها مهارة استجابة *Reaction skill* عنها في حالة لعب الإعداد *preparation play*، والذي يتميز بأن اللاعب أو اللاعبة لديه الوقت الكافي لتنفيذ المهارة بدء من حركة وعمل القدمين *foot work*، ثم الجري *Running* إلى الوصول تحت الكرة والتعامل معها (لحظة اللمس *contact*).

كما تعتبر مهارة التمرير الدفاعي العميق *Digging pass*، من المهارات الصعبة التنفيذ، حيث يتخذ الجسم وضع صعب، يكاد يقترب من الأرض، ولذلك فإن احتمال حدوث الأخطاء أو أمر وارد، ويرجع أساساً إلى اتخاذ اللاعب للوضع الضعيف أو الغير صحيح، كما هو الحال في لاعبي دفاع الملعب الخلفي، أيضا تحرك لاعب الدفاع العميق وطريقة تحركه له قدر كبير في حدوث الأخطاء، غذ يجب أن يبدأ اللاعب تحركه من قرب الخطوط الجانبية أو من على أو قرب نهاية الحد النهائي للملعب (خط الإرسال)، لذا يجب أن يتحرك اللاعب م هذه الأماكن وأيضا من وضع الجسم السليم للتمرير الدفاعي العميق فإن هذا سوف يعين اللاعب على التحرك إلى داخل منتصف الملعب، وذلك عندما يحاول تنفيذ أحد مهام التمرير الدفاعي العميق.

وهو استلام الكرات المضروبة بقوة أو منع الكرة من ملامسة الأرض، وهذا سوف تكون محصلته مساعدة اللاعب في الحفاظ على الكرة أمامه (اللاعب) وفي ملعبه.

ولهذا فإنه من المستحسن عند تحليل قدرة اللاعبين على أداء مهارة التمرير الدفاعي العميق *Analyzing a player's digging ability* أن نضع في الاعتبار الأهمية الخاصة بالضبط والإتقان الجيد لمرحلة التنفيذ. إذ أنها من

الامور الاكثر أهمية التي تأخذ ي الاعتبار عند الحكم على سير المهارة بل أن العامل الحاص والمرجح وعد الحكم على نجاح المهارة أو فشلها.

وتعتبر مهارة التمرير الدفاعي العميق *Dig* من المهارات الأكثر تأثيرا على مجريات اللعب واتسامه بإيجابية الدفاع، وهذا لا يتأتى أو ينجح إلا عندما يتحكم اللاعب في الارتفاع المضبوط للكرة مع توجيهها إلى منتصف الملعب.

ولا يكتفى بما سبق الإشارة إليه بل أيضا نجد أن التمرير الدفاعي العميق الناجح يعتمد إلى حد كبير على قدرات اللاعبين الخاصة في كيفية قراءة هجوم الخصم أو المنافس، وهي قدرة خاصة (قراءة هجوم الخصم) يجب أن تتوافر في معظم لاعبي الكرة الطائرة عامة ولاعبي الدفاع خاصة، شأنها في ذلك شأن بقية القدرات البدنية والمهارات الخاصة التي يجب أن تميز لاعبي الكرة الطائرة.

ولقد حاولنا في الجدول التالي صياغة الأخطاء التي يمكن أن تحدث عند تنفيذ مهارة التمرير الدفاعي العميق وأمام كل خطأ كيفية التصحيح تسهيلا على كل من المدرس أو المدرب، وتوفيرا للوقت والجهد.

جدول

استكشاف أخطاء التمرير الدفاعي العميق وتصحيحها

Errors detection and Correction for the dig

Correction التصحيح	**Error الخطأ**
١- اجعل اللاعب (المبتدئ) يميل أو يتجه قليلا إلى الأمام من الفخذ، وذلك بتحريك الطرف السفلي *Upper bodies*، والوصول إلى وضع الاتزان أو الميل للأمام قليلا *Incline position*، مع ملاحظة أثناء التدريس على التأكيد والتشديد أن تكون مسطح اليد (مصطبة الساعدين) *plat form to target*، اتجاه الهدف وأن تكون الذراعين موازية للأفخاذ.	١- تحويل الوزن يكون لأعلى وباستقامة *straight up*، أو بعيدا عن الهدف. شكل (٩٥)
٢- يجب على اللاعب المستقبل والمكلف بمهمة الدفاع باستخدام الـ *Dig* أن يحافظ على شكل الساعدين بجعلهما كوسادة (أو مصطبة *Arm plat from*)، وذلك بوضعهما تحت الكرة ولمسها في الثلث الأول من الساعد، مع ملاحظة أن	٢- الكرة تتجه أعلى (فرق الشبكة عند تنفيذ مهارة التمرير الدفاعي العميق الـ *dig*.

Correction التصحيح	*Error* الخطأ
اللاعب المدافع يستطيع أن يمنع باتخاذه الوضع الصحيح تحت الكرة.	
٣- على اللاعب أن يحاول أن يوقف حركة ذراعيه وذلك باستخدام حركة *Poking action*، أثناء الحركة، كما عليه أن يدع الكرة تسقط حتى مستوى الوسط تقريبا أو أقل قبل اللمس.	٣- الكرة تذهب باستقامة لأعلى فوق الرأس أو خلف. شكل (٩٦)
٤- يعمل اللاعب على ثني ركبتيه، والمحافظة على استقامة الظهر، وذلك أثناء التحرك تحت الكرة، (وللتأكد على اللاعب أن يلمس الأرض بيده، حتى تضمن أنك وصلت للوضع المنخفض).	٤- تكون الكرة منخفضة وسريعة لحظة تركها الذراع.
٥- راجع وتأكد من أن وزنك للأمام وعلى قدميك الأمامية. الجسم	٥- لا يقوم اللاعب بتحريك وزن الجسم تجاه الهدف المقصود.

التصحيح Correction	الخطأ Error
بصفة عامة مائل للأمام.	
٦- لكي تذهب الكرة عاليا على اللاعب أن يحرك رسغيه بحركة غرف ***Flick***، مع وجود ثني خفيف للمرفق وفردهما فجأة أثناء اللمس.	٦- الكرة لا تذهب عاليا (على ارتفاع ٢ إلى ٣ قدم أي حوالي من ٦ م الى ٩ م) فوق الشبكة واتجاه منتصف الملعب.
٧- أثناء أو لحظة اللمس، ضرورة التأكيد على حركة الغرف ***Flick*** أو ثني الرسغين.	٧- الكرة تظل في جانبا اللاعب بالنسبة للشبكة (أي الكرة لا تزال بملعب اللاعب ولا تمر من فوق الشبكة).
٨- على اللاعب أن يسقط أن كتفيه قريبة من الهدف، لكي تغير زاوية المصطبة ***Plat form angle***، حتى تستطيع أن توجه الهدف.	٨- الكرة تضرب ذراعي اللاعب المدافع، وتستمر في نس الاتجاه التي سوف تذهب إليه سابقا، بمعنى الذي ذهبت إليه في المرة السابقة (عدم القدرة على التحكم في الاتجاه). شكل (٩٧)

Correction التصحيح	Error الخطأ
٩- عندما تمرر الكرة تمرير دفاعي عميق dig وذلك اتجاه أحد أجناب (جانبي) حسم اللاعبين، هنا لمعالجة ذلك يجب على اللاعب أن يسقط كتفيه ويقربها إلى اتجاه المرغوب فيه (اتجاه التمرير) وهكذا، فإن الأداء الخاص بالمسطح *Plat form* تجعل قوس طيران الكرة يعود إلى منطقة اللعب.	٩- الكرة تصرب أذرع اللاعبين وتستمر في اتجاهها خارج الحدود، بمعنى لمس الكرة للساعدين، إلا أنها تتجه خارج حدود الملعب.
١٠-يجب أن يتظاهر اللاعب باتخاذ الوضع المنخفض للدفاع العميق، وذلك عن طريق انثناء الركبتين والمحافظة على جعل الظهر على استقامة عنه في حالة ثني منطقة الوسط، ولمعالجة هذا الثني يمكن أن تعطي التدريبات الجيدة التي تعتمد على جعله يلمس الأرض مع المحافظة على استقامة الظهر.	١٠-يكون تمرير الكرة من العمق *Dig ball* منخفض وبالتالي فيه تتجه داخل الشبكة.

أنت الذي يصنع اللعب

Your are who making the play or Making the play

الأداء الجيد - لا تقل أبدا موت - (الاتجاه) الوضع الجسمي - مفاتيح نجاح التمرر الدفاع العميق

Good Technique and never say – die attitude are the keys to digging success

بقلم / كراشي كيرالي، بيرون

By: Krach Kiraly Byron.

يعتبر كل من كراشي كيرالي ***Krach Kiraly***، بيرون من أوائل اللاعبين الذي حصلوا على أول ميدالية ذهبية في الكرة الطائرة الشاطئية، كما يعتبر كراشي ثاني أعظم لاعب الأكثر فوزا في الكرة الشاطئية ***winngest***، على مستوى العالم، كما يعتبر من أشهر اللاعبين الذين أظهروا المستحيل، من خلال مدى ما يمتلكه ويتقنه ويتسيده من مهارة الدفاع العميق (الفدائي، أو المستحيل)، [الذي نعني به الدفاع المميت في سبيل الحصول على الكرات الصعبة ومنعها من ملامسة الأرض].

ويقول كراشي عن هذه المهارة الدفاعية، والتي يفضل أن يطلق عليها من مهارات تمرير والدفاع العميق المستحيلة ***the impossible dig pass***، أن هذه المهارة الساحرة في أدائها والتي تشبع رغبة الجماهير من المشاهدين في الإثارة، لها من الأسرار الخاصة بالمستحيلات ***The secrets impossible***.

وذلك تحت عنوان مثير في مؤلفاته المرتبطة بالكرة الشاطئية، تحديدا في الفصل الثامن، أطلق عليه.

الأسرار المستحيلة الخاصة بالتمرير الدفاعي العميق
The secrets to the impossible the dig

منذ سنوات عديدة مضت، وتحديدا في مدينة مينابولس *Minneapolis* كنت أنا (نقصد صاحب المقال كراشي كيرالي *Krach Kiraly*)، واللاعب كنت *Kent*، نشكل فريقا من أفضل فرق الكرة الطائرة الشاطئية، ومعا حققنا الكثير من البطولات وحصدنا معا كثيرا من الميداليات والجوائز المالية، ويستطرد نفس المؤلف، لقد صعدت أنا وكنت *Kent* بنتيجة ١٢ – ١١ في النهائي وذلك من خلال حوالي (٢٠) ثانية، قد مضت من الساعة المرئية (أي بمعنى آخر أنه بمجرد النظر إلى الساعة المرئية المعلنة (المعلقة)، قد مضت (٢٠) عشرون ثانية من بدء المباراة)، غير فريق الخصم والذي تعتبره خصم قديم بالنسبة لنا *our old rivals* غير من طريقة لعبة وأداءاته وأصبح يزاحم ويتنافس معا بجهد، لقد كان هذا الفريق والمشكل من اللاعبين مايك دايت مارش *Mike White March*، يزامله اللاعب مايك دوود *Mike dodd*، يقوم بضربنا ضرب مبرح *butting us*، يقصد بذلك ضرب قوي كما باستخدام السلك *to wire*، وذلك من خلال تداول طويل للكرة *during long rally*.

لقد كان اللاعب مايك وايت مارش *M.W. March*، يقترب لإتمام الإعداد الصحيح على الشبكة، لقد كان في مقدور هذا اللاعب أن يقوم (ويحصل) أو يصل في أدائه إلى الاقتراب الكامل *full approach*، وكذا كان في مقدوره عمل أحسن مرجحة للذراع *better arm swing* ، وبالتالي هذا يعني أن الكرة القادمة في اتجاهنا سوف تجئ قوية وصعبة، وكنت أنا (كراشي)

أتنبأ وأعرف ذلك ولو أنه أتمها (الضربة)، فإنها سوف تأتي ضربة قاتلة ***if he killed it***.

إن حدوث مثل الأمر وباستمرار، فإنه يعتبر ذلك من أحد الأمور التي تعد من الممكن أن تحقق التعادل في المباراة ***it would tie the game***، وتعطي لهم الفرصة الخاصة بإتمام الإرسال الذي يسهم بالتالي في تحقيق الفوز في المنافس ***win the tournament***.

ولو كنت أنا (الكلام مازال على لسان اللاعب كراشي، اقرأ اتجاه مرجحة ذراعه الضارب (يقصد ذراع الضارب اللاعب الخصم مايك) ***the direction of his arm swing***، فإننا أرفع ذراعي فورا شامخا، متخذا وضع الصلاة ***stuck out my arm and prayed*** (يقصد هنا رفع الذراعين معا في الحركة الابتدائية التمهيدية لهما، لاستقبال الكرة)، ويستكمل ويقول لقد كانت الكرة تتلاطم باستقامة لأعلى ***the ball Rapped straight up***، ولقد استمر تداول الكرة بيننا لفترة طويلة – والمباراة ممتعة، وفي النهاية حققنا فوزا غاليا، حيث كان ذلك الفوز من خلال تحقيق نقطة أخرى سريعة، وبذلك كانت قد انتهت المباراة لصالحنا ***We got another quick point and the match was over***.

إنني أتذكر (في هذه المباراة)، أن اللاعب وايت، قد قذف الرمال على ناحية يمنى بعد المباراة وضحك، وضحكت أنا أيضا (بمعنى ذلك أنها قد مازحا كل منهما لآخر بعد المباراة، حيث رمى وايت حفنه من الرمال على يمين كراش، على سبيل المزاح).

في هذه المباراة كان الحظ هو العامل الحقيقي في هذه اللعبة ***Luck was a real factor in that play***، لقد انطلقنا نحن الاثنين، ولكنني كنت أنا أيضا أعرف وأعي تماما سواء (أنا أو زميلي)، إذا اتجهت لكي أحصل على كل

كرة في الدفاع، نحن بذلك نكون، قد ذهبنا لكي نحصل على إحدى تلك الكرات المستحيلة، لننفذها من وقت لآخر إلى منتصف الملعب ولأعلى، حظ أو بدون حظ.

"you are going to get some of those impossible balls up from time to time, luck or no luck"

بمعنى آخر وإذا حصلت حصل عليها (تلك الكرة المضروبة)، إحدانا، فهو إما حظ أو بدون حظ، لقد كسبنا وربحنا بعض المباريات بسبب ذلك (ألا وهو من خلال محاولة اللحاق بهذه الكرات المستحيلة، ولما كان يتحقق الفوز، فمعنى ذلك أنه في العادة كان السبب يرجع إلى الجري الجيد والسريع وفي اللحظة المناسبة، للحاق والحصول على تلك الكرات الصعبة أو المستحيلة).

إن التمرير الدفاعي العميق على الكرات المستحيلة يمثل جزء من الدفاع والموظف جيدا خلف حائط الصد، خاصة في مباريات الكرة الطائرة الشاطئية في هذه الأيام، والذي لا يتأتى إلا من خلال التقدم والمطاردة أو العدو السريع في محاولة اللحاق بالكرات.

"The digging part of defense in to days beach game in the function of block or course.

وبالطبع، لم تكن هذه الطريقة المتعلقة بالجري السريع، هي المنفذة دائما، إلا بعد تنفيذ وإتمام الدور الخاص بحائط الصد الدفاعي، لقد كان حشد غفير من جماهير المشاهدين يأتون لكي يشاهدوا ويستمتعوا في جو ملئ بالإثارة، بأداء مدافعين عظماء مثل بيمي هولتزمان ***Bemi Holtzman***، وكذلك زميله اللاعب رون لانج ***Ron Lang***، اللذان كانا يتسيدا المهارات الدفاعية المستحيلة، لقد كانا هذان اللاعبان يستميتا في تحويل (أو حتى الحصول) الضربات السفلي (المضروبة بقوة لأسفل) إلى ضربات مستقيمة لأعلى، ***Bring up impossible straight down hits.***

في الحقيقة فإنه ومن خلال (٥٠ ثانية) مكرة، وحتى (٦٠ ث) من وقت بدء اللعب (المباراة)، كان ينفذ أو يطبق التمرير الدفاعي العميق من خلال أو عن طريق أخذ الكرة من أعلى وللأمام وبالأصابع (بمعنى آخر استقبال دفاعي باستخدام مهارة التمرير من أعلى).

In the (50 s) and (60 s) digging was done by taking the ball over hand with finger's

أيضا عندما كنت أهم بالصعود (أو بالوقوف في وقفة الاستعداد) ***coming up*** كنت مندهشا ***amazed***، ومستغرب، على كيف كان اللاعب جيم منجيس ***Jim Mengels***، يقترب بسرعة من الشبكة، فلقد كانت كلتا يديه أعلى وقرب وسطه، وبطريقة أو بأخرى كان هذا اللاعب يحصل على الكرات المضروبة، ويحولها عاليا إلى منتصف ملعبه، وكان ذلك كله تقريبا من أي مكان وبأي طريقة.

وعلى أي حال فقد كان هذا اللاعب ***Menges***، غالبا ما يستخدم أما التمرير من أسفل بالساعدين ***forearm pass (or) Under hand pass***، حيث يستخدمها عندما تكون الكرة في خارج الملعب، ويحاول إرجاعها إلى داخل الملعب أو من خلال التمرير من أعلى بعيدا عن كتفيه، (أو في بعض الأحيان اليدين بعيدا عن الرأس)، أيضا ربما التمرير الدفاعي العميق والعظيم ***great digs***، ربما يحدث هذا بتكرار أقل في مباريات هذه الأيام، وذلك بسبب دخول وتواجد مهارة حائط الصد ***great digs probably occur less frequently to day because the block***.

وعلى العموم فإن الابتهاج أو الانتعاش ***exhilaration***، من قبل اللاعبين أو الجماهير المشجعة، الذي يحدثه التمرير الدفاعي العميق ***digging*** في الكرة الطائرة الشاطئية مازال يمثل الشيء الاستثنائي ***unique thing***، الذي مازال موجودا، فعندما نتحكم أو نضبط ونوجه أحد الكرات المضروبة من

قبل أحسن الضاربين أو المهاجمين، وننجح في أن نجعلها تتأرجح، وتصعد عالية وباستقامة لأعلى إلى منتصف الملعب، فإن صياح واندهاش وسكون تام *Hues*، من قبل حشد الجماهير المندهش، والذي يتبعه اندفاع وصياح شديد أو تصفيق *followed by a rush of electricity stunned*، من قبل الحشد الجماهيري، الذين وقبل كل شيء نجدهم قد أدهشوا وأذهلوا وافتتنوا *stunned*، من خلال مشاهدة تلك المباراة التي استغرقت الساعة وكانت عدد الأميال التي جروها كلا الفريق تتراوح حوالي الـ (٩٠) ميل.

المباراة، التي استغرقت الساعة من الضرب القوي قابلها تمرير دفاعي عميق على أعلى مستوى أدائي، كانت تمثل لهما اللحظة الممتازة.

That this 90 mils an hour spiking got dug, there was his instant excellent moment.

والخاصة بالتوقع *an anticipation*، والذي ربما سوف تقال من أجله في محاولة تحقيق نقطة.

an anticipution that may be you'll kill at for a point.

إنه لكان جنون مؤقت *it's a sudden Frenzy*، أن تحصل على وبصوت عالي، أعلى وأعلى، بما يخص تلك الصورة الكلامية *climax* عند الإعداد، ولو أنك حاولت إخفاء طريقة الإعداد *you bury the set*، فإن الذهاب باتجاه الشبكة ليكون أكثر جنونا حول هذه اللعبة (الكرة المضروبة)، بل يجب عليك أن تفكر أولا، وتكون أو توجد *create*، المنطقة الأكثر شيوعا (الثلث الأول من الساعدين)، في التمرير الدفاعي، أولا لمقابلة الكرة، أيضا ألا يتلامسا إبهاماك، وأنت في سبيل اتخاذ هذا الوضع، فلو حدث وتلامسا إبهاماك، سوف تجد يداك متقاربتان جدا من بعضهما.

أيضا بخصوص المسافة بين الإبهامين، يجب أن تكون المسافة مريحة *A comfortable distance*، وربمـا تـتراوح مـا بـين ٤ إلى ٦ بوصـات مـن الإبهامين، وهذا في حالـة إذا كانت يديك صغيرتان، بينما تكون هناك مسافة كبيرة او أكثر عرضا قليلا *ahittle wider*، لو كانت يديك كبيرتان.

مع ملاحظة، ولو كانت يداك تكاد متقاربتـان جـدا معـا *to close together*، فإنك بذلك سوف لا تغطي فرصة كافية من خـلال هـذا (الفـراغ الكافي) بالنسبة لفريق الخصم لأن يجرؤ على التسجيل، بينما لو كانت كلتا يديك متباعدتين نسبيا أو بطريقة كافية، فإنه سوف تصبح بذلك ، تساهم في دعـوة خصمك أن يسجل (بمعنى آخر أن يستغل هذا الوضع الخاطئ بقوة ضـرب) *you're inventing your opponent to score a filed goal*.

وهنا يجدر الإشارة نحو هذا العامل أو الشيء الخاص بالمسافة بين اليدين، حيث هذا الشيء غير متوقع والذي يصبح موضوع خلاف فيما يخص عامل الضبط أو التحكم، والذي غالبا ما يكون شيء مساعدا *Helpful*، لكي تسأل مدربك أو فريقك (زميلك) كتغذية مرتدة وأنت تخوض هذا الموقف.

راقب كل من الإعداد والضارب
Watch both the set and the hitter

عامل آخر وهام يساهم وبدرجة كبيرة في صناعة اللعب أو عمله وكذا يرتبط بالأداء الجيد، الذي يعتبر مفتاح التمرير الدفاعي العميق، ألا وهـو ما يتعلق بمراقبة كل من شكل الإعداد والضارب معا *Watch both the set and the hitter*.

نحن نلاحظ أن كثيرا من لاعبي حائط الصد يرتكبون خطأ وذلك عندما يراقبون اللاعب الضارب فقط.

Many backer's make an the mistake of watching only the hitter..

ولكن من المهم هنا أن تعرف أن الإعداد (طريقة الإعداد) من الممكن أن تخبرك بأكثر من ذلك، عن أي نوع من أنواع الهجوم سوف يأتيك.

But the set can tell you much more about what kind of attack is coming.

فمثلا من هذه الأسئلة – هل الكرة بعيدا تماما عن الشبكة؟ هذا يعني أن الضارب ربما لا يستطيع أن يضرب باستقامة لأسفل.

Is the ball for off the net? That means the hitter probably can't hit straight down?

وهنا سوف يبطئ (الضاربين) قليلا، بمعنى أن يؤخروا الاقتراب ***and .will have slightly slower delayed approach***

بمجرد أن اللاعب المدافع يتقن، ويضبط، وكذا يتحكم في عمل الرجلين تماما ***adjust his foot work***، فإن هذا يعني أنه يجب عليك أن تبدأ في الوثب لإتمام حائط الصد، حيث أن (العض على الأسنان ***a bit***) كناية عن الندم نتيجة خطأ في الأداء، يأتي فيما بعد ثم الوصول عاليا ***reach high.***

السؤال الآخر الذي يجب أن تسأله لنفسك أيضا، في شأن الإعداد هل الإعداد قريب بالنسبة للشبكة؟ ***Is the set close to the net?***

بكل المعاني هنا، تأكد من أنك وصلت إلى التوغل التام باتجاه الشبكة ***.by all means (here) make sure you get maximum penetration***

سؤال آخر هل الإعداد المنخفض؟ في حالة هذا الإعداد المنخفض استعد لإتمام الوثب فجأة (أو بمجرد حدوث هذا النمط من الإعداد).

Is the set up low? A low set ready to jump sooner.

من الطبيعي، أو من الممكن باستطاعة الضارب أيضا ان يعطيك بعض من المعلومات ***give you information***، مثل كيفية الاقتراب - مرجحة الذراع ...الخ، هنا عليك وفورا أن تراقب زاوية اقتراب، حيث أنه في هذه الحالة سوف يخبرك كيف سوف يتم شكل الضربة، وذلك بمجرد بدؤه لحركة الضرب؟

as he begins his hitting motions?

أيضا يجب عليك كمدافع مراقبة كتفه (كتف اللاعب الضارب) ***watch his shoulder ? shoulder's attacker or hitter's***.

هل هناك كم من الدوران (اللف)؟ فهو من هذا ربما يجهز نفسه لكي يضرب قاطعا جسمه (يلف بصورة أكثر حول المحور الرئيسي لجسمه).

There a lot of rotation? He may be preparing to hit a cross his body.

سؤال آخر: هل كتفه (يميل قليلا)؟ أو مرفق الذراع الضاربة هو الذي يسقط؟ ***Does his shoulder or elbow drop?***.

هنا ربما تكون الضربة (أو التصويبة)، تأتي في شكل تتوقعه، تعلم أن تقرأ هذه الإيضاحات، والتي من الممكن أن تجعل لاعب (حائط صدك) يتخذ قراره المناسب في اللحظة المناسبة بطريقة أسهل.

التفكير النهائي Final thoughts

إضافة إلى العامل الخاص بدرجة كبيرة في الأداء الجيد وصناعة وعمل لعب ناجح كأحد مفاتيح النجاح للتمرير الدفاعي العميق، بإضافة عامل آخر ألا وهو ما يتعلق بالتفكير النهائي، ففي بعض الأحيان، لا يهم ما الذي تقوم به من أداءات، ولا يهم شكلها، فهناك دائما، سوف يكون هناك ضارب، والذي سوف يتضح لك فيما بعد أنه ليس لديه القدرة على إتمام حائط الصد ***who seams unblockable***.

فمثلا لو أنك كنت سوف تواجه من (٦) ست إلى تسع (٩) ضربات، وأنت كنت قد قمت بعمل من خمس (٥) إلى (٨) ثماني تمريرات دفاعية، فإنه هنا سوف نلاحظ أنه سوف يصبح في إمكانك أن تتضايق وتتأذى بالرغم من أنك ربما يكون لديك أو قمت بأفضل انتباه ***Beast attention*** واتخذ جسمك أفضل شكل ***best form***، ومع هذا فإن لاعب خصمك الضارب مازال يضرب من فوقك (بمعنى الضرب من فوق حائط صدك) ***he'll still hit over you***.

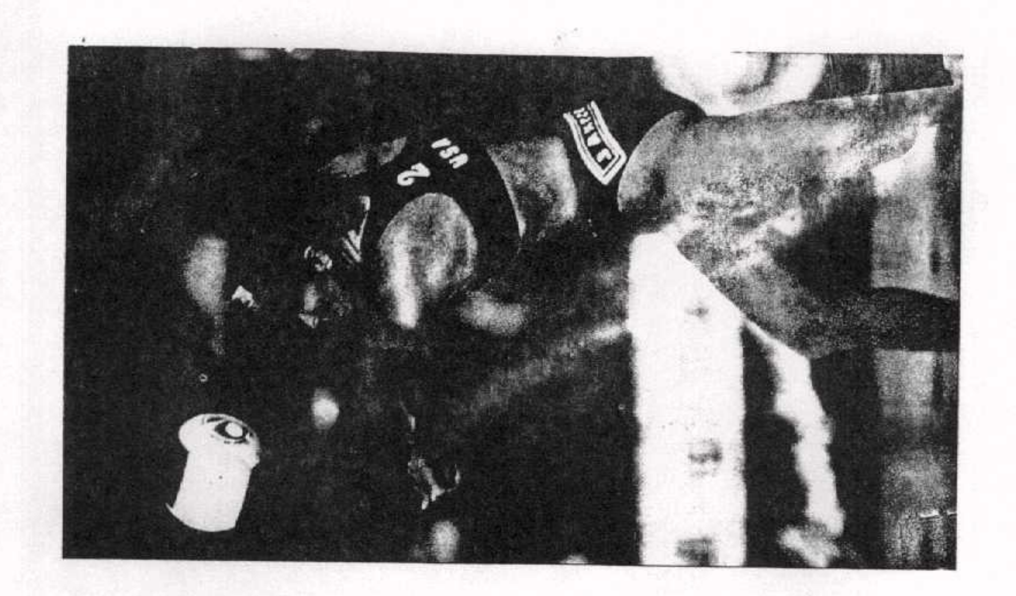
ولكن يجب عليك ألا تيأس، فهذا الضرب من فوقه ***the tips above*** (فوق حائط صدك)، يجب أن يساعدك أو يجب أن تستغله لكي يساعدك كثيرا في أن تنتهي المباراة لصالحك، خاصة إذا ما استلقيت معظم مواقف المباراة (اللعب) جيدا.



الفصل العشرون
المهارات الدفاعية الفردية
Individual defensive skills

- المهـارات الدفاعيـة الفرديـة الإضافيـة (الزائدة)
- *Additional Individual defensive skill*
- الدحرجة
- *Rolling*
- لماذا تكون الدحرجة والانبطاح (المنزلق) هامة؟
- *Why are the Roll and sprawl important ?*
- كيف تنفذ الدحرجة ؟
- *How to fexeute the rall ?*
- المراحل الفنية الثلاث للدحرجة
-
- استكشاف أخطاء الدحرجة وتصحيحها
- *Error detection and correction for the roll*

- الانبطاح
- *Sprawl*
- كيف تنفذ الانبطاح (مع التمدد أو الانزلاق) ؟
- *Howw to Execute the sprawl*
- المراحل الفنية الثلاث للانبطاح (المنزلق)
-
- إستكشاف أخطاء الانبطاح المنزلق وتصحيحها
- *Errors detection and correction for the sprawl*





المهارات الدفاعية الفردية فى الكرة الطائرة الشاطئية

المهارات الدفاعية الفردية الإضافية (الزائدة)

Addetional Individual defensive skill

تمثل المهارات الدفاعية الفردية ***Individual defensive skill***، أهمية كبيرة للاعبي الكرة، فهي من المهارات التي يجب أن يجيدها جميع اللاعبين إجادة تامة ولتصبح على قدم المساواة مع بقية المهارات الأساسية الأخرى، وحتى نستطيع أن نطلق على هؤلاء اللاعبين المدافعين، فدائين الألعاب والمهارات الخطرة في الكرة الطائرة، فالمهارات الدفاعية الفردية المتمثلة في الدحرجات.. ***Rolling***، والانبطاح ***Sprawling***، الدفاع الغاطس الطائر ***Diveing***، عادة ما تكون ضرورية للاعبي المستوى العالي.

ويجب على كل مدرب (أو مدرس) أن يعطي الأفضلية والأولية لتعليم اللاعبين نماذج التحركات الجيدة، وفي المستوى المبتدئ أو الأولي ***At the beining level***، نجد أنه في الغالب ما يكون هناك ضرب الكرة بصورة كافية، كذلك ليس بالضرورة لدى هؤلاء أن نجد فيما بينهم من يجيد مهارات الدفاع الفردي من الدحرجة، أو ***Sprawl***، أو الدفاع الغاطس.

وفي الصدد، يجب أن نوجه الاهتمام والنصح للاعبي في ضرورة التحرك الجيد والسريع لاتجاه الكرة حتى يستطيعوا تنفيذ الدحرجة، أو ***Sprawl*** والتي في العادة نحتاجها بمهارة نادرة وفي كثيرا من الأحيان تعتبر المهارات الدفاعية الفردية من المهارات المثيرة في مشاهدتها، والتي يستخدمها اللاعبون عندما لا تكون هناك ضرورة لذلك، وهنا يكون الغرض الوحيد من ذلك هو انتزاع إعجاب الجماهير المعبر عنه بالتصفيق، وعلى كل حال فنحن نجد أنه

عند تنفيذ هاتان المهارتان الاثنتان، أن هناك صعوبة في الرجوع مرة أخرى إلى الوضع الأساسي للجسم، للاستعداد للعبة التالية، وعلى العموم فيرى معظم المتخصصين في مجال تدريب وتدريس الكرة الطائرة أنه يجب أن تستخدم هذه المهارات بقدر قليل قدر المستطاع، عند أداء أي من مهارتي الدفاع، كما يوصي هؤلاء المتخصصين بضرورة أداء هذه المهارة بصورة صحيحة، بما يضمن سرعة عودتهم إلى وضع الاستعداد الأصلي، وهذا لا يتأتى إلا من خلال وضع أجسامهم قريبة جدا من الأرض قدر المستطاع قبل تنفيذ مرحلة اللمس (للكرة) عند تنفيذ هذه المهارات، هذا يعني أنه عندما يلمس الجسم الأرض أو يصطدم بالأرض نسبيا يكون تأثير هذه الصدمة قليل نسبيا.

تعتبر المهارات الدفاعية من المهارات الهامة التي يجب أن يجيدها جميع لاعبي الكرة الطائرة الشاطئية إجادة تامة، شأنها في ذلك شأن المهارات الهجومية فكلاهما شق يكمل الآخر، والكرة الطائرة الحديثة بنوعيها تعتمد على إجادة اللاعب الواحد لكلا من المهارات الدفاعية والهجومية بصورة متساوية فلا يصح أن يجيد مهارات دفاعية على حساب الهجومية والعكس صحيح.

والموضوع الذي نحن بصدد تناوله يعتمد على المهارات الإضافية، الأكثر شيوعا في الكرة الطائرة الشاطئية والتي تتم بصورة منفردة، يقع عبء إتقانها على اللاعب المؤدي بصورة منفردة لا دخل لفريقه فيها، ويفضل البعض أن يطلق عليها الألعاب الدفاعية الأكروباتية لما يتميز به من إثارة وجدية وروح الفداء عند الأداء وهناك طريقتان إضافيتان بالنسبة للدفاع الفردي، الأولى وتعرف بالدحرجة ***Roll*** والأخرى تعرف بالانبطاح ***Sprawl*** المقصود بها تمدد أو انبساط الجسم مع انزلاقه كما لو كان يتمرغ أن ينبطح ولكن مع الارتكاز بالقدم على الأرض أو الرمال، والأولى (الدحرجة) طريقة مفضلة لمعظم اللاعبين لأنها تسمح للاعب بالعودة على كلا القدمين مرة أخرى بسرعة، عنها في المهارة الفردية الدفاعية الأخرى المعروفة باسم ***Sprawl*** (أو الانبطاح من وضع التزحلق)، وهذا مختلف تماما عن الدفاع الغاطس الطائر والمعروف باسم ***The dive***، حيث في الأول الجسم يتحدد أو يتسط أرضا.

الدحرجة Rolling

الدحرجة، نعني بها مقدرة اللاعب على الامتداد داخل المسافة المحددة (الاتساع) للحاق بالكرة، وعادة ما تفضل الدحرجة *Rolling*، لأنها تسمح للاعب بالعودة إلى وضع الوقوف على قدميه بسرعة وسهولة كذلك بانسيابية، وذلك في حركة متصلة غير متقطعة.

وعلى العموم فنحن نرى أن العديد من المدربين أو المدرسين أيضا يقومون بتدريس نماذج لحركات خاصة، اعتقادا منهم أن هذه الحركات الخاصة ترفع من مستوى أداء الدحرجة، والحقيقة تخالف ذلك حيث أن هذه الحركات الخاصة بتأدية الدحرجة أكثر حداثة، حيث أن هذه الطريقة الخاصة بالدحرجة ليس بدرجة عظيمة من الأهمية ويندر استعمالها الآن كما سبق وأشرنا.

أن المظهر الرئيسي والهام الخاص بالدحرجة، هو الذي ينفذ وفيه جسم اللاعب المؤدي منخفضا جدا عن الأرض، أيضا حقيقة أخرى، وتتمثل في أنه يجب على جميع اللاعبين عند تأدية الدحرجة وأن يجعلوا الأجزاء الأولى من الجسم هي التي تلمس الأرض أولا، والمتمثلة في عضلات الألية والعضلات الكبيرة، حيث تعمل هذه العضلات كوسائد طبيعية لتقليل قوة اصطدام جسم اللاعب بالأرض.

ولا يكتفى بذلك فقط بل هناك من الأفكار والأشياء التي يجب أن يضعها اللاعبين في عقولهم عندما يقوموا بتنفيذ الدحرجة وهي أن يتحركوا بسرعة اتجاه الكرة، خافضين الجسم اتجاه الأرض، وهذا تأكيد آخر على أهمية خفض جسم اللاعب وقربه من الأرض، أن مثل هذه الأمور جميعها تمثل خطوة استراتيجية طويلة يستطيعون من خلالها العودة إلى الوضع الأصلي وهو وضع الوقوف.

ويكون استعمال الدحرجة *The Rolling* عقب لمس جسم اللاعب للأرض، وذلك بعد حركة الدفاع العميق على الكرة *Digging the Ball*، وحركة الدحرجة هذه مشابها تماما للدحرجة الأمامية، وتستعمل كذلك لبعد

أجزاء جسم اللاعب عن الأرض لحماية تلك العضلات الغير مشتركة في العمل أثناء السقوط على الأرض.

ويفضل البعض أن يطلق على هذا النوع من الدحرجة، الدحرجة الجانبية ***Side Roll***، إيمانا بأن الجانب المستخدم للذراع المؤدي هو ذلك الجانب الذي يسقط عليه اللاعب، وهذا ما سوف نتناوله بالشرح عند تناولنا لمراحل الأداء).

والدحرجة ***Rolling*** أو الدحرجة الجانبية ***The side rolling*** ليست طريقة مثلى التمرير الدفاعي العميق والمعروف بـ ***digging***، ولكن بالأصح طريقة للتغطية ***Methods to Covering***.

ويعتبر الدفاع من الانبطاح من الانبساط (المنزلق) ***Sprawl***، أداء دفاعي حديث، وعلى الأرجح يمكن أن يدخل من قريب في ألعاب الدفاع التي تتميز بالإثارة. فيفضل بعض اللاعبين أداؤه إذا ما تتطلب الموقف ذلك إشباعا لرغباتهم من جهة وإثارة جمهوره المشاهدين من جهة أخرى، والذي عادة ما يقابل بالتصفيق الحاد.

وهذا النوع من الدفاع يحتاج إلى عدد كبير من المجموعات العضلية خاصة أثناء تنفيذ حركة الانزلاق ***sliding***، كما يتميز هذا النوع من الدفاع بأنه أكثر ارتباطا عند التنفيذ خاصة لدى اللاعبات الإناث.

ويستعمل هذا النوع من الدفاع (الانبطاح) ***Sprawl***، عند الضرورة خاصة عندما يريد اللاعب الكرة للأمام، كما في مرحلة متقدمة من أدائه يستطيع اللاعب استخدامه عندما يريد لعب الكرة على أي من الجانبين، ولا يكتفي بذلك فقط، فمثل أي أداء دفاعي آخر يستطيع اللاعب تطبيق الانبطاح ***Sprawl***، عندما يريد أن يتحرك مسافة كافية حتى يصبح أكثر قربا للعب، وأيضا يستعمل مرارا وتكرارا عند استلام كرة مضروبة.

لماذا تكون الدحرجة والانبطاح مع الانبساط المنزلق هامة ؟

Why are the Roll and Sprawl Important?

يكون أداء الدحرجة الجانبي ***Side Rolling*** أمر غاية في الأهمية لأنها تساعد اللاعب على سرعة العودة على قدميه بسرعة قدر الإمكان، كما أنها تعتبر طريقة مناسبة للسقوط ***(Falling)*** التي تسمح للاعب لأن يتكئ ويستخدم العضلات الكبيرة كوسائد ***as Cushion*** عند الهبوط على الأرض وهذا بالتالي يساعد في منع الإصابة، وكثيرا من الأحيان نجد أن اللاعب إما محتمل أو مجبر على استخدام الدحرجة خاصة عندنا يكون مرغما على ملاحقة أو تتبع الكرة، وذلك من الوضع الدفاعي لمسافة ما على أي في الجانبين.

بينما يكون لانبطاح (أو التمدد) ***The sprawl*** غاية في الأهمية أيضا لأنه يسمح للاعب بتنفيذ الدفاع العميق ***dig Ball*** والذي تحت الحالة العادية، ولا يكون في مقدور اللاعبين استقبال الكرة، كما ان هذا النوع من المهارات الدفاعية يتيح حرية الاختيار في لعب الكرة دون اللجوء إلى حركة الدفاع الغاطس الطائر ***Dive*** ، والذي برهن على أنه صعب جدا بالنسبة لهؤلاء اللاعبين خاصة الذين ذراعهم ضعيفة.

إن تمدد الجسم أو انبساطه مع التزحلق في مهارة الانبطاح ***Sprawl*** يسمح للاعب بتنفيذ التمرير الدفاعي العميق للكرة ***Dig the ball*** من الوضع المنخفض، مع ملامسة الأرض بحركة تزحلق ***sliding***، ولهذا السبب يكون هناك ما يسمى بذوبان قوة الاصطدام وبالتالي منع الإصابة.

كيف تنفذ الدحرجة

How to Execute the roll?

هناك طرق عديدة لأداء الدحرجة في الكرة الطائرة، ومع أن طريقة الدحرجة شائعة أو دارجة الاستعمال إلى حد ما في الكرة الطائرة، إلا أنها ليست على درجة عالية من الأهمية، فبالأحرى ومن خلال وضع الجسم نستطيع أن

نوضح أي نوع من الدحرجة سوف ينفذ، إن الأساس الأول لنجاح الدحرجة هو أن يكون جسم اللاعب قريبا من الكرة قدر الإمكان، وعنها يسقط الجسم، ويتم عمل ما يسمى بالتمرير الدفاعي العميق ***Digging the ball***، شرط أن يتم ذلك والجسم قريبا جدا من الأرض، بمعنى آخر يحس اللاعب أن جسمه قد لمس الأرض، وملاحظة أن هذا اللمس لا يتم من ارتفاع عال وإلا يكون سبب إصابة اللاعب.

وطريقة الدحرجة الأكثر شيوعا هي تلك التي يكون فيها سقوط الكرة على ارتفاع أقرب من الأرض، حينئذ على اللاعب ضرب الكرة أو لمسها والجسم عاليا في الهواء وعلى نفس الارتفاع السابق، ثم النزول بالمقعدة والفخذ ***Falling at hips and thighs***، والتدحرج على ظهر اللاعب، مع إحضار القدمين والرجلين فوق الكتف ناحية الجنب العكس بالنسبة لجسم اللاعب أثناء ضرب أو لمس الكرة، استكمالا بالدحرجة خلف للوقوف على القدمين، انظر شكل (٣٠٦).

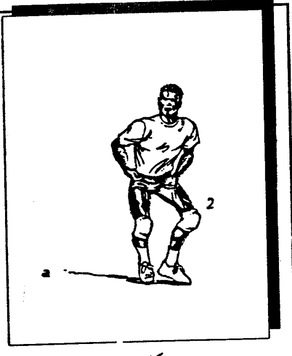
وفي استطاعة اللاعب أيضا تنفيذ الدحرجة بشكل آخ، وذلك من خلال جعل القدمين فوق الرأس، أو من خلال الدحرجة الجانبية ***Side Rolling***، على الظهر ويجب أن يكون في استطاعة اللاعب الجرأة على إتمام أو تنفيذ أي نوع من الدحرجة سواء الخلفية أو الجانبية، إلا أنه من المهم جدا أن يعرف اللاعب الحدود الفاصلة بين كل نوع من الدحرجة وآخر، ومتى استخدم هذه وفي أي موقف يستخدم الأخرى بما يكفل له سرعة وراحة في الأداء.

الدحرجة مفتاح النجاح Keys to success Roll

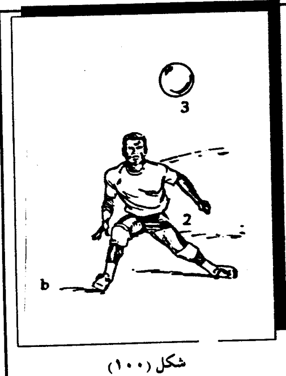
المراحل الفنية الثلاث للدحرجة

المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) Pre Contact

شكل الاستعداد Pre Paration phase



شكل (٩٩)



شكل (١٠٠)

تعتبر المرحلة التمهيدية (مرحلة ما قبل لمس أو لعب الكرة من المراحل الهامة التي يجب أن يهتم بها كل من المدرب عند تدريبه والمدرس عند تعليم، واللاعب عند الأداء خاصة في تلك المهارات التي يتميز بروح الفداء، كالمهارات الدفاعية، فهناك وضع صحيح يجب أن يتخذه اللاعب قبل التعامل مع الكرة، ويجب أن يكون هذا الوضع على ارتفاع معين من الأرض، كذلك هذا الوضع، سوف يقابل الأرض بعد الانتهاء من اللمس في مرحلة لاحقة لذلك يجب أن يهتم كل من المدرب والمدرس واللاعب مجموعة النقاط التالية مثل تنفيذ مرحلة لمس الكرة وهي كالآتي:

١- ضرورة تحرك اللاعب اتجاه الكرة، على أن يتم ذلك بسرعة عقب اتخاذ

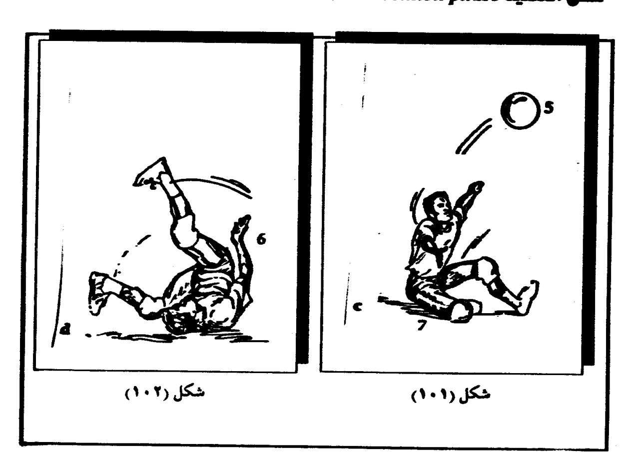
اللاعب قرار الوضع الذي يتخذه الدحرجة مثلا.

٢- ضرورة أن يكون وضع جسم اللاعب في الوضع المنخفض بالنسبة للأرض.

٣- ضرورة أن يتحرك اللاعب الكرة تسقط لأسفل.

المرحلة الأساسية (اللمس) *The Contact*

شكل التنفيذ *Execution phase*



شكل (١٠٢)   شكل (١٠١)



شكل (١٠٣)

تعتبر المرحلة الأساسية هي مرحلة تنفيذ اللاعب للمس الكرة، وهي مرتبطة بالمرحلة السابقة مرحلة اتخاذ الوضع، فلو فرض أن الوضع كان سليما، يترتب على ذلك حدوث اللمس بطريقة صحيحة وبالتالي لمنع ارتكاب الخطأ القانوني، أو الإصابة، لذلك كان من الأهمية بمكان أن ينظر كل من المدرب أو المدرس وكذا اللاعب إلى مجموعة النقاط التالية بشيء من الاهتمام لما لها من تأثير إيجابي على إنجاح مهارة الدحرجة، وأهم هذه النقاط هي:

١- ضرورة لعب الكرة قبل لمس اللاعب للأرض.

٢- ضرورة توجيه الكرة اتجاه منتصف الملعب.

٣- يفضل استعمال اليدان وليس يد واحدة (اليد الواحدة في الدحرجة الجانبية فقط).

٤- ضرورة إتمام حركة شبيه بحركة غرف الكرة أو ثني المرفقين ***Flex elbow***.

٥- ضرورة أن يكون توجيه اللاعب للكرة عاليا عقب لمسها.

٦- الدحرجة تتم بسرعة حتى تتصل القوة الخاصة باللمس.

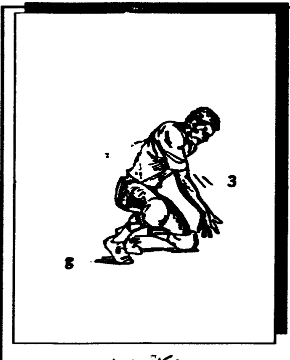
٧- أجزاء الجسم (المجموعات الفعلية الكبيرة) هي الوسائد التي تلمس الأرض أولا.

المرحلة الختامية (النهائية) بعد اللمس *After Contact*

متابعة الوضع *Follow Through*:



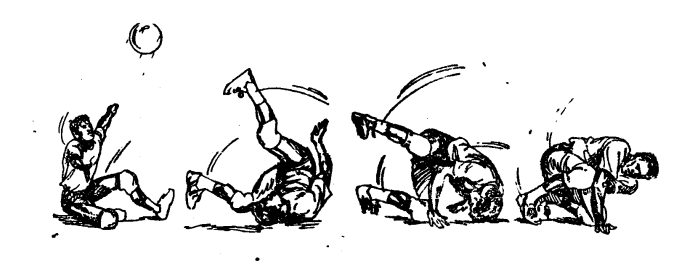
شكل (١٠٤)



شكل (١٠٥)

المرحلة الختامية النهائية، وهي في العادة ما يطلق عليها مرحلة المتابعة، متابعة الوضع، وهي مرحلة مكملة للمرحلتين السابقتين، ونجاحها يدل على امتداد التسلسل الحركي السليم في اتجاه الحركة الصحيح، لذا كان من الواجب على كل من المدرب عند التدريب، والمدرس عند التعليم واللاعب عند التطبيق مراعاة الاشتراطات عند تنفيذ هذه المرحلة، فمثلا عليه أن يراعي:

١- سرعة العودة على القدمين بسرعة.
٢- العينان وامتداد النظر اتجاه الكرة.
٣- الاستعداد (التحضير) للعين التالية.
٤- عدم الاهتمام بتعديل المظهر (شكل الشورت - أعداد الفانلة.. إلخ).
٥- سرعة اتخاذ القرار اتجاه الدخول في اللعبة أو الواجب اللعبي التالي لمهارة الدحرجة.



شكل (١٠٦)

استكشاف أخطاء الدحرجة وتصحيحها

Error detection and correction for the roll

تعتبر مهارة الدحرجة من المهارات الفردية الدفاعية التي قد يتبادر إلى الذهن من أول وهلة أنها سهلة الأداء، يستطيع كل منا أن يقوم بها باعتبارها أحد الحركات الأكروباتية، قد يكون هذا صحيح إذا ما أوديت هذه الحركة، كحركة لها، معنى، والعكس صحيح، خاصة إذا ما ارتبطت بالتعامل مع أداة (الكرة)، كذلك ارتبط بتنفيذ واجب دفاعي، وأخيرا التجهيز فيها لحركة قادمة أو عمل أو متطلب معين بعد الانتهاء منها، لذلك فهي هنا تصبح من المهارات المركبة أدائيا، حيث أننا نجد من وضع الوقوف، هناك كرة قادمة بشكل معين على اللاعب أن يتعامل معها، خاصة إذا كانت بعيدة عنه أو بزاوية سقوط حادة على أحد جانبيه، فنجد أنه أصبح مكلفا باتخاذ القرار وبسرعة، عليه تغيير وضع جسم إلى الوضع المنخفض، ثم مقابلة الأرض.. إلخ من طرق الأداء السابق الإشارة إليها في مراحلها الفنية الثلاث، وفي هذا الصدد نجد أن احتمال الخطأ التكتيكي أو الفني أمرا واردا خاصة مع اللاعبين المبتدئين، لذلك ينصح المتخصصين في مجال تعليم وتدريب الكرة الطائرة، عند تطرقهم إلى مهارة الدحرجة الدفاعية بالتوصية إلى ضرورة الأولى الرئيسية بأداء الدحرجة على مرتبة أو حصيرة (أو ملعب نجيل)، وذلك لفترة، ولكن بمجرد ما يتسيد اللاعبون

المقدرة في الخطو السليم اتجاه الكرة، وأصبحوا يجيدون الخفض الجيد لوضع الجسم وتقريبه لأقصى درجة من الأرض في انسيابية، هنا من الممكن أن تكون الدحرجة بأمان على الأرض، وبدون استخدام المرتبة الإسفنجية، الحصيرة، ولقد حاولنا أن نتطرق إلى استكشاف مجموعة من الأخطاء التي يمكن أن تحدث أثناء تنفيذ هذه المهارة الدفاعية (الدحرجة)، ولها تأثير على كيفية التعامل مع الكرة، كذلك ربما تؤدي إلى إصابة اللاعب، ووضعناها في جدول خاص وأمام كل خطأ طريقة تصحيحه بهدف مساعدة كل من المدرس أو المدرب في التغلب على هذه الأخطاء توفيرا للوقت والجهد.

والسؤال الذي يجب أن يطرحه كل منا على نفسه، هو كيفية استكشاف أخطاء الدحرجة؟

وهو في ذهنه من المهارات المركبة الأداء يتغير فيها وضع الجسم من الوضع العالي إلى الانخفاض المفاجئ.

وفي الحقيقة هناك ثلاثة أخطاء رئيسية عند أداء الدحرجة والممثلة في الآتي:

أ- أن اللاعب لا يصل إلى الوضع المنخفض بطريقة كافية، وذلك قبل القيام بتمرير الكرة من العمق ***Digging Ball***، بمعنى أشمل عدم اتخاذ الوضع المنخفض الصحيح وبسرعة.

ب- محاولة تنفيذ الدحرجة قبل القيام بالتمرير الدفاعي العميق ***The digging***.

ج- ملامسة الأرض أولا لأجزاء خاطئة من الجسم أولا.

لذلك، أنه من المهم جدا تصحيح أخطاء الدحرجة أولا بأول قدر المستطاع، بسبب أنها في العادة تكون أحد أسباب الإصابة باستمرار، مع ملاحظة أن الشكل الخاص بالدحرجة بصفة عامة لا يتسم بخاصية الأداء بزمن أو توقيت طويل، وذلك بالنسبة للأهمية القصوى التي يجب أن تعطى لتصحيح هذه الأخطاء.

ولقد حاول المؤلف في الجدول التالي أن يقف على أكثر الأخطاء حدوثا في المواقف اللعبية، مدعما ذلك بالأشكال أو الصور، التي توضح كيفية حدوث الخطأ، وأمام كل خطأ، كيفية أو طريقة التصحيح المناسبة له.

جدول

استكشاف أخطاء الدحرجة الدفاعية وتصحيحها

Errors detection and Correction for the roll

Error **الخطأ**	*Correction* **التصحيح**
• خبرة ومستوى اللاعب تجعله غير مريح عندما يلمس الأرض.	• على المدرب (المدرس) أن يشدد ويؤكد على وضع اللاعب، خاصة في الخطوة الأخيرة التي يقوم بها في اتجاه الكرة ***The last stride***، والتي (شبه منزلقة)، ونتيجة هذه الخطوة ينخفض الجسم أوتوماتيكيا، قريبا من الأرض، ولا ينسى أن يتشدد في توجيه اللاعب إلى عرض أو الاتساع هذه الخطوة، الأقرب لاتجاه الأرض.
• يلمس اللاعب الأرض في الأول، محاولة منه في ضرب الكرة.	• في الدحرجة، يجب أن يكون لمس الكرة محددا (متى؟)، وذلك عندما يكون اللاعب في وضع السقوط.. ***Folling posture***، ولكن ذلك قبل حدوث اللمس مع الأرض، أيضا وفي الحقيقة

الخطأ Error	التصحيح Correction
	يجب أن ينظر إلى الدحرجة على طريقـة خاصـة للاسـترداد أو الاسترجاع *special method o recovery*، وليس الطريقة الخاصة بلعب الكرة.
• اللاعب غير قادر على العودة إلى وضع الوقوف على كلا القدمين ولكن يظل على الأرض.	• بمجرد ما تبدأ الدحرجة، يجب أن تكون جاذبية الحركة طبيعية، وهذه تجعل، أو تهيئ اللاعب للوصول على كلا القدمين، شرط أن يكون هذا باسترخاء، حتى نضمن حدوثه.
• اللاعب لا يدع الكرة تسقط لأسفل (أو تنخفض لأسفل) بصورة كافية قبل أن يلعبها (أو يتعامل معها).	• إذا ما كانت الكرة في الوضع عاليا *High position*، يكـون في استطاعة هذا اللاعب أن يلعبها من هذا الوضع، وهنا نجد أنه لا داعي لتنفيذ الدحرجة، بينما لو كان اللاعب في وع أكثر انخفاضا *Low posture*، نجد أنه على اللاعب أن يدع الكرة تسقط لأسفل، وكذلك يكون الوقت المستغرق هنا للعب الكرة، ثم يستكمل الدحرجة.
• التمرير الدفاعي العميق للكرة *The dug ball* (هدفه إحضاره	• يعتبر الغرض الأساسي من اللاعب المؤدي للتمرير الدفاعي العميق

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
الكرة) يحتاج إلى كفاءة لكي يتم لعبها بواسطة لاعب آخر بسهولة ويسر.	***The dugging***، هو إنقاذ الكرة ومنعها من ملامسة الأرض، وعليه فإن هذا الأمر يتطلب أن يكون هذا اللاعب قرب الكرة، التي تكون على ارتفاع يتراوح من ٥ إلى ١٠ قدم بالنسبة لقمة الشبكة، ولذلك عند لعبها فإنها تظل في ملعبه (اللاعب) أو ملعبها (اللاعبة).
• أن ملامسة اللاعب الأرض بقوة أو بشدة وتكون النتيجة عدم الشعور بالراحة أثناء وبعد الأداء.	• يأخذ اللاعب خطوة كبيرة اتجاه الكرة، متخذا وضع الدفاع المنخفض قدر المستطاع.
شكل (١٠٧)	
• أن يلامس اللاعب الأرض قبل ضرب أو لمس الكرة.	• هنا، يجب على اللاعب أن يكمل حركة التمرير الدفاعي العميق

الخطأ Error	التصحيح Correction
	dig قبل بدء الدحرجة، فالدحرجة طريقة للتغطية.

شكل (١٠٨)

الخطأ Error	التصحيح Correction
• اللاعب يأخذ وقتا أطول ليعود إلى وضع الوقوف على الوقوف، وبالتالي لا يكون مستعدا للعبة التالية.	• بمجرد بدء اللاعب للدحرجة، يجعل الحركة سريعة قدر المستطاع حتى تصل فور الانتهاء منها بسرعة لوضع الوقوف على القدمين.
• اللاعب يلعب الكرة أكثر من اللازم (بمعنى آخر أكثر من ١,٥ قدم إلى ٢ قدم) فوق الأرض (١,٥م إلى ٢م).	• على اللاعب أن يدع الكرة تسقط لأدنى انخفاض، يرى أنه هو الأفضل للقيام بحركة التمرير الدفاعي العميق *The digging*.

الانبطاح Sprawl

مهارة أخرى مـن المهارات الدفاعية الفردية ألا وهي مهارة الانبطاح *sprawl* وهي مهارة متطورة مشتقة من مهارة أخرى، فضلنـا أن نطلـق عليـها الغطـس *(Dive)* وبالتحديد تسـمى الدفـاع الغـاطس العميـق *Dive*، أو الدفـاع الغاطس الطائر نظرا لتشابه وتلقائية الأداء مع الغطس فى السباحة، فهناك طيران من جسم اللاعب، ثم مقابلة الأرض بحركـة شبيهة بحركة الغطس ومقابلـة المـاء في رياضة السباحة.

عموما نحن نرى أن كثـيرا مـن اللاعبين يجـدوا صعوبة في تنفيذ تلك المهارة (الدفاع الغاطس العميق)، وذلك بسبب الكفاءة الخاصة بالقوة العضلية للذراع *In sufficient arm strength*، والتي بواسطتها تلحق سـقوط وزن الجسم.

إن هـذه المقدرة الخاصـة بالكفاءة العضليـة للذراعين تكـون ضروريـة للدفاع الغاطس أو العميق بدون حدوث إصابة، بعكس المهارة الدفاعيـة المشتقة المعروفة بالانبطاح، حيث أنه ليس مـن الضروري للاعب أن يلحق وزن الجسم بالذراعين، أيضا في المهارة الدفاعيـة موضوعنـا هنـا الانبطـاح *sprawl*، عـادة مـا تكون القوة الخاصة بسـقوط الجسم موزعة فوق أكثر مـن منطقة للجسم، وكمـا سبق الإشارة عند تناولنا للمهارة الدفاعية الدحرجة *Rolling*، يكون الهدف منـها استرجاع (استرداد) *Retrieve* الكرة التي تكون بعيدة جداً عن الاتجاه المحدد لها، لكي تسمح للتمرير الدفاعي العميـق، وعلـى كـل حـال هـذا بالنسبة للكـرات البعيـدة، ولكـن مـا الـذي يحـدث في الكـرات الـتي لا تسـقط أمـام اللاعـب، وبالتحديد على مسافة منه؟

هنا، على كل حال عادة ما يكون استخدام الانبطاح ***sprawl*** لاستلام (التعامل) مع تلك الكرات والتي لا تكون سقطت أمام اللاعب، مع ملاحظة ومدعاة أمرا غاية في الأهمية، وهو أن الانبطاح لا يسمح للاعب بالعودة على قدمه بسرعة كما هو الحال في مهارة الدحرجة.

وبصفة عامة، وكنصيحة، وتوجيه رئيسي، فإن الدحرجة أفضل طريقة للعب الكرة خاصة عندما يكون هناك اختيار أدائي من جانب اللاعب للعب الكرة

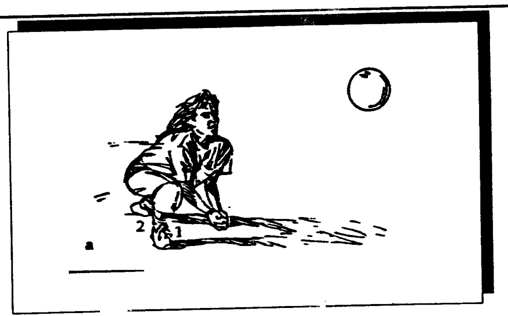
كيفية تنفيذ الانبطاح (مع التمدد أو الانزلاق)؟

How to Execute the Sprawl?

من وضع الجسم المنخفض وقدم اللاعب متخذة خطوة عريضة واسعة ***A wide stride***، نلاحظ أن هناك قدم واحدة متقدمة عن الأخرى، مع ملاحظة أن اللاعب يدع الكرة تسقط على ارتفاع حوالي (١) قد (من ٣٠ – سم) هنا يحاول أن يصل إلى الكرة، ويمرر تمرير دفاعي عميق ***dig*** لها إلى وسط الملعب، ثم يستكمل اللاعب الحركة للأمام، مع ملامسة الأرض بالذراعين، ووضع الصدر في حركة تزحلق تمد (يعني كما لو كان اللاعب سوف يتمرغ في الأرض أو ينزلق عليها)، مع فرد الرجل الخلفية بحيث يكون بالقرب منك، بينما تكون رجل اللاعب الأمامية منثنية عند الركبة، مع جعلها إلى جهة الخارج وللجانب، أيضا أن يلاحظ أن الركبة من الجنب تلمس الأرض، انظر الشكل.

ويلاحظ في هذا الوضع صعوبة العودة على القدمين، وذلك بعد تنفيذ حركة أو مهارة الانبطاح مع (التمدد أو الانبساط المعروفة بـ ***Sprawl***)، عنها بعد تنفيذ الدحرجة، لكن يستطيع اللاعب أن يقوم بحركة مشابهة لحركة تزحلق الجسم على الجنب قاصد عندما يستعمل التمرير الدفاعي العميق ***dig*** باستخدام يد واحدة.

الانبطاح مع الانزلاق (الانبطاح المنزلق مفتاح النجاح)
Sprawl Keys to Success
المراحل الفنية الثلاث للانبطاح (المنزلق)
المرحلة التمهيدية (قبل اللمس) *Pre Contact*
شكل الاستعداد ***Preparation phase***



شكل (١٠٩)

تمثل حركة الانبطاح (المنزلق ***The Sprawl***) أحد المهارات الدفاعية، التي تتيح للاعب المدافع حرية الاختيار في لعب الكرة دون اللجوء إلى حركة مهارة الدفاع الطائر الغاطس ***Dive***، شرط أن يكون اللاعب المدافع قد قرر القيام بمهارة الانبطاح المنزلق، دون تردد، إلا أن اتخاذ القرار وحده لا يكفي بل يجب أنه يراعى كل من المدرس عند التعليم أو التدريس، والمدرب عند التدريب، واللاعب عند التطبيق أو الممارسة مجموعة من النقاط أو الاعتبارات عند تنفيذ هذه المهارة خاصة في مرحلة الاستعداد، وأهم هذه النقاط ما يلي:

- ضرورة أحد تكون الخطوة التي أخذها اللاعب خطوة كبيرة للأمام اتجاه الكرة.
- يتميز هذه الخطوة أنها خطوة عريضة وواسعة.

المرحلة الأساسية (اللمس) *The Contact*

شكل التنفيذ *Execution phase*



شكل (١١٠)



شكل (١١١)

وتعتمد هذه المرحلة على ضرورة التطبيق الصحيح للمهارة وحركة الانبساط أو التمدد المنزلق *The Sprawl*، وهذا لا يتأتى إلا من خلال وضع مجموعة من النقاط أو الاعتبارات التي يجب أن يراعيها كل من المدرب أو المدرس. وكثر اللاعب، عند تنفيذ الوضع، وأهم هذه النقاط ما يلي:

١- يلعب اللاعب المدافع الكرة وهي منخفض (أي على ارتفاع من ١,٥ قدم إلى ٢ قدم).

٢- حركة (السرعة) للرسغين *Flick wrists*، ثني المرفقين *Flex elbow*.

٣- التأكيد على ضرورة لمس الكرة قبل أن تضرب الأرض.

٤- ضرورة ضرب الكرة عاليا.

٥- الدفاع للأمام بالرجل الخلفية.

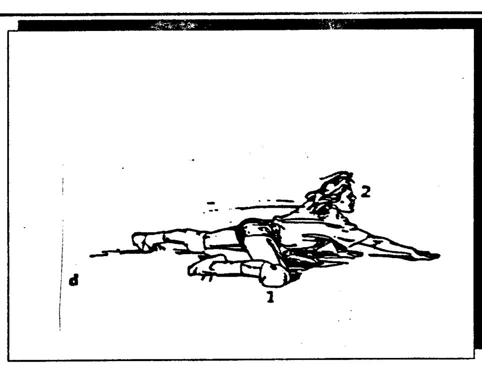
٦- هناك تباعد كامل بالذراعين.

٧- ضرورة أن تستكمل حركة الجسم بتزحلق الصدر على الأرض.

٨- ركبة واحدة على أحد الأجناب.
٩- فرد الرجل الخلفية.

المرحلة الختامية (النهائية) بعد اللمس *After Contact*

متابعة الوضع *Follow Through*:



شكل (١١٢)

وتعتبر هذه المرحلة (النهائية) امتداد للمرحلتين السابقتين، ولا يوجد فاصل زمني بين هذه المراحل الثلاث، وأهمية هذه المرحلة (المتابعة)، تتمثل في أنها تبين مدى الحكم على نجاح الحركة وإتمامها في المسار الحركي الصحيح لها، لذلك يجب على كل من اللاعب عند التطبيق والمدرس عند التعليم أو التدريس والمدرب عند التدريب مراعاة مجموعة النقاط التالية نظرا لأهميتها في هذه المتابعة وهي:

١- الرجوع بسرعة للوضع الدفاعي.
٢- انتظار الكرة.
٣- الاستعداد للعبة التالية.

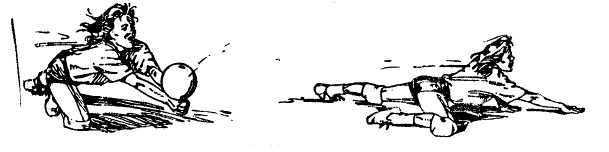
٤- متابعة اللعب لاتخاذ القرار نحو الاشتراك في اللعبة التأكيد. ٥- عدم الاهتمام بأي نواحي أخرى.

استكشاف أخطاء الانبطاح وتصحيحها

Error detection and correction for the Sprawl

عادة ما تكون الأخطاء الفنية التي ترتكب أثناء تنفيذ المهارة الدفاعية الفردية المعروفة باسم ***sprawl*** عادة أخطاء سهلة لأن تكتشف، فنحن نجد أن اللاعب لا يصل إلى الوضع المنخفض أثناء لمسه للأرض بقوة كبيرة وكافية متفق عليها، ولهذا فإن احتمال إصابته احتمالات كبيرا جدا، وعليه فإننا نلاحظ أنه إذا ما حاول اللاعب أن يلعب الكرة بعد لمسه للأرض مباشرة، فإن ذلك سوف يسبب متاعب في الأداء الحركي للمهارة، وبالتالي فإن الانبطاح لا يكون سهلا وبانسيابية ونعومة ***smooth***، أيضا بالنسبة للمهارة الدفاعية المسماة بالتمرير الدفاعي العميق للكرة ***Dig ball*** فسوف نجد أنه ليس من المقبول أو المتناول لعب الكرة، إلا إذا كانت الكرة عالية بما فيه الكفاية حتى يسمح للفريق بأن يلعبها وبتوزيعها سهلة، حيث أنها وصلت إلى منتصف نصف الفريق المدافع سهلة لهم ليتم توزيعها بسهولة ويسر.

ولقد حاولنا في الجدول التالي أن نشير إلى بعض الأخطاء التي ترتكب أو من الممكن ارتكابها لحظة تنفيذ المهارة الدفاعية الفردية المسماة بالانبطاح واضعين تلك الأخطاء في صورة جدل، وأمام كل خطأ كيفية تصحيحه، حتى يمكن لكل من المدرب أو المدرس علاج هذه الأخطاء وإذا ما صادفه مثل هذه الأخطاء أو حتى المشابهة لها توفيرا للجهد والوقت، وخاصة لدى لاعبي المستوى المبتدئ وكذا لاعبي المستوى المتوسط وكلاهما يمثل لاعبي المستويات المختلفة الموجودة في الكرة الطائرة.



Low body position for digging *side to dissipate force of dig*

شكل (١١٤) (شكل (١١٣)

استكشاف أخطاء الانبطاح المنزلق *detection Sprawl*

أصبح الآن بواسطة التمرير من وضع الانبطاح مع التمدد (المنزلق) *Sprawl*، أن يستطيع اللاعب أو يصبح في مقدوره لمس الكرة على ذراعيه (الساعد *Forearm*) أو على ظهر اليد *Back of hand*، وقد يستعمل اللاعب الذراعين أو ذراع واحدة، وإن كان يفضل في هذه المهارة أن يستعمل كلا الذراعين، لأن كلاهما يوفر لإتقان أو الضبط بصورة أكثر للكرة وحسن توجيهها عاليا إلى المنتصف *Two arm (Forearm) in sprawl is more controlling*، مع ملاحظة هامة جدا وهي أن مجرد حدوث أو تنفيذ الدحرجة فإن ضرورة الأخذ في الاعتبار أن محاولة لعب الكرة عاليا إلى وسط من الملعب هو الأسلوب أو الطراز السائد في اللعب، حيث هذا يمنع حدوث الإصابة أيضا.

ولقد حاول المؤلف في الجدول التالي هنا، أن يقف على الأكثر الأخطاء حدوثا في المواقف اللعبية مدعما ذلك بالإشكال أو الصور، التي يجب أن توضح كيفية حدوث الخطأ وأمام كل خطأ، كيفية أو طريقة التصحيح له.

جدول

استكشاف الأخطاء الخاصة بالانبطاح وتصحيحها

Errors detection and Correction for the Sprawl

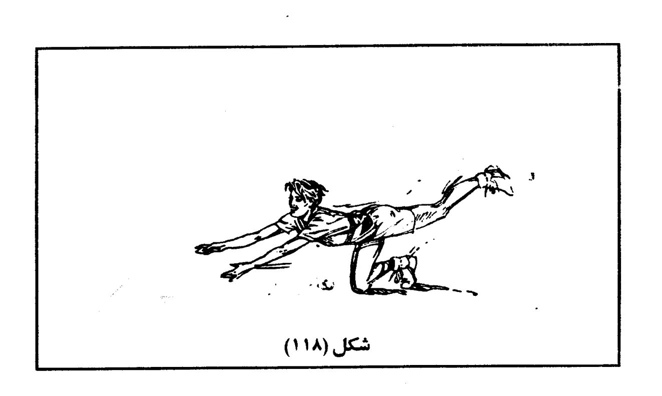
الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
• إن اللاعب يقوم بلعب الكرة في ارتفاع أكثر مـن ٢ قدم وأكثر (٤٠ – ٦٠سم).	• لتصحيح ذلك يجب على اللاعب أن يأخذ خطوة كبيرة نقطة ***Spot*** (الالتقاء) حيث المكان الذي سوف تلعب منه الكرة، في نفس الوقت، ضرورة العمل على خفض الجسم.

شكل (١١٥)

الخطأ *Error*	التصحيح *Correction*
• أن اللاعب يقوم بلمس الأرض قبل لمس الكرة.	• على اللاعب أن يراعي ضرورة لمس الكرة قبل لمس الأرض، حتى يكون في مقدور اللاعب العمل على كسر حدة السقوط.

***Correction* التصحيح**	***Error* الخطأ**
شكل (١١٦)	
• **يجب على اللاعب ضرورة العودة بسرعة على القدمين متخذا في ذلك الوضع المنخفض *Low posture*.**	• **لا يستطيع اللاعب العودة بسرعة مع الوقوف على القدمين.**
شكل (١١٧)	
• **يجب على اللاعب أن يحاول لعب الكرة عاليا وهي على ارتفاع**	• **اللاعب لا يسمح في الأول للكرة لأن تسقط منخفضة في اتجاه**

الخطأ Error	التصحيح Correction
الأرض بصورة كافية.	حوالي ٢ قدم (أي حوالي ٦٠ سم) فوق الأرض.
• اللاعب يلمس الأرض قبل لمسه للكرة.	• تصحيح ذلك بأن يوجه المدرب أو المدرس اللاعب إلى أن يعرف أنه بمجرد ما يلمس الأرض فإن المدى الممكن (المسافة) الذي يمكن أن يغطيه، يكون عادة محدودا جدا، وعليه فإنه إذا لمس اللاعب الأرض مبكرا ولم يكن في الموضع الصحيح ***correct location*** ، فإنه سوف لا يكون في استطاعته لعب الكرة، لذلك يجب عليه (اللاعب) أو عليها (اللاعبة) أن كون قادرا مسبقا على تقرير التوقيت الصحيح لموضع الكرة قبل لعبها.
• اللاعب ليس في مقدرته العودة (الوقوف) على قدميه مرة أخرى.	• يجب على اللاعب أن يستعد للعودة على القدمين بسرعة، وهذا لا يتأتى إلى بعد استيعابه السليم للمراحل الفنية الثلاث (الاستعداد، التنفيذ، المتابعة) عند بدء تعلم المهارة.



شكل (١١٨)



القواعد الرسمية للكرة الطائرة الشاطئية

Official Beach Volleyball Rules

1996 - 2000

القواعد الرسمية للكرة الطائرة على الشاطئ

معتمدة من قبل الاتحاد الدولي للكرة الطائرة

Official Beach Volleyball Rules

Approved By The FIVB

- المحتويات-

الفصل الرابع

الإعداد للمباراة ونظام اللعب

الفصل الخامس

حركات اللعب

الفصل السادس

الأوقات المستقطعة

والتأخيرات

الفصل السابع

سوء السلوك

خصائص اللعبة

الكرة الطائرة على الشاطئ هي لعبة تلعب بين فريقين بلاعبين اثنين كل منهما على ملعب رملي مقسم بواسطة شبكة، وتلعب الكرة بضربها بأي جزء من الجسم.

الهدف من اللعبة لكل فريق، هو إرسال الكرة بصفة منتظمة فوق الشبكة إلى أرض ملعب المنافس ومنعها من ملامسة ملعبه.

توضع الكرة في الملعب بواسطة لاعب الإرسال، ويرسل اللاعب الكرة بضربها بيد واحدة أو بالذراع فوق الشبكة إلى ملعب المنافس.

لكل فريق الحق في ضرب الكرة ثلاث مرات لإعادتها إلى ملعب المنافس.

لا يسمح للاعب بضرب الكرة مرتين متتاليتين (ما عدا عند الصد وعند اللمسة الأولى).

يستمر تداول الكرة حتى تلمس الأرض، أو تذهب "خارجا"، أو يفشل الفريق في إعادة الكرة بطريقة صحيحة في الكرة الطائرة على الشاطئ، يجوز للفريق المرسل فقط تسجيل نقطة (ما عدا في الشوط الفاصل)، عندما يفوز الفريق المستقبل بتداول الكر فإنه يكسب الحق في الإرسال (وأيضا يسجلا نقطة في الشوط الفاصل) ويسمى هذا "تغيير الإرسال" ويجب على لاعب الإرسال التناوب عند كل مرة يكون فيها هناك "تغيير إرسال".

Section 1 — الجزء الأول

The game — اللعب



في الكرة الطائرة على الشاطئ هناك نظامان للمباراة:

النظام أ - شوط واحد فقط

يفوز الفريق بالشوط والمباراة بإحرازه ١٥ نقطة وبتقدم نقطتين، وفي حالة التعادل ١٦-١٦ فإن الفريق الذي يحرز النقطة ١٧ يفوز بالشوط والمباراة وبتقدم نقطة واحدة فقط.

النظام ب- الأفضل من ثلاثة أشواط

يلعب الشوطين الأولين للمباراة من ١٢ نقطة ويفوز بالشوط الفريق الذي يكسب أولا ١٢ نقطة. يفوز الفريق بالمباراة بفوزه بشوطين.

الشوط الفاصل: عند التعادل ١-١ في الشوطين الأولين، وللفوز بالشوط الثالث والفاصل، يجب على الفريق إحراز ١٢ نقطة وبتقدم نقطتين، وفي حالة التعادل ١١-١١ يستمر اللعب إلى أن يصل الفارق إلى نقطتين لا توجد نقطة محددة، ويلعب الشوط الفاصل لكسر التعادل وتسجل نقطة متى ما يفوز فريق بتداول الكرة.

ملاحظة: النص بالحرف المطبعي الأسود يوضح القواعد التي تطبق في المنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة.

الفصل الأول

التجهيزات والأدوات

١- منطقة اللعب (شكل رقم (١))

تتضمن منطقة اللعب أرض الملعب والمنطقة الحرة.

١-١ الأبعاد

١-١-١ أرض الملعب عبارة عن مستطيل مقاساته ١٨×٩ متر ومحاط بمنطقة حرة لا يقل عرضها عن ٣ أمتار، وفضاء خال من أي عائق بارتفاع ٧ أمتار على الأقل من سطح الملعب.

١-١-٢ للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة تكون أرض الملعب عبارة عن مستطيل مقاساته ١٨×٩ متر ومحاط بمنطقة حرة لا تقل عن ٥ أمتار من خطوط النهاية والخطوط الجانبية وبفضاء خال من أي عائق بارتفاع ١٢,٥ متر على الأقل من سطح الملعب.

١-٢ سطح اللعب

١-٢-١ تتكون أرض اللعب من رمال مستوية ومسطحة وموحدة ما أمكن ذلك، وخالية من الصخور والقواقع وأي شيء آخر يشكل خطر الجروح أو الإصابات للاعبين.

١-٢-٢ للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة، يجب أن لا يقل عمق الرمل عن ٤٠ سم ومكون من ذرات ناعمة وغير مضغوطة بشدة.

١-٢-٣ يجب أن لا يشكل سطح اللعب أي خطر لإصابة اللاعبين.

١-٢-٤ للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة، يجب أن ينخل الرمل إلى حجم مقبول بحيث لا يكون خشنا وخال من الحجارة والأجسام الخطرة، ويجب أن لا يكون شديد النعومة

بحيث يسبب الغبار والالتصاق بالجلد.

١-٢-٥ للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة، ينصح بوجود غطاء مشمع لتغطية الملعب المركزي في حالة الأمطار.

١-٣ الخطوط على الملعب

١-٣-١ يحدد الملعب بخطين جانبيين وخطين للنهاية، ويوضح كل من خطي الجانب والنهاية داخل أبعاد الملعب.

١-٣-٢ لا يوجد خط وسط.

١-٣-٣ جميع الخطوط بعرض من ٥ : ٨ سم.

١-٣-٤ يجب ان تكون الخطوط من لون يتباين تماما مع لون الرمل.

١-٣-٥ يتعين أن تكون خطوط الملعب عبارة عن شرائط مصنوعة من مادة مقاومة وأن تكون المثبتات المكشوفة من مادة ناعمة ومرنة.

١-٤ منطقة الإرسال

منطقة الإرسال هي المنطقة الواقعة خلف خط النهاية وبين امتداد الخطين الجانبيين، وتمتد في منطقة الإرسال في العمق إلى نهاية المنطقة الحرة.

١-٥ الطقس

يجب أن لا يشكل الطقس أي خطر لإصابة اللاعبين.

١-٦ الإضاءة

للمنافسات الدوية الرسمية التي تلعب خلال الليل، يجب أن تكون الإضاءة على منطقة اللعب ما بين ١٠٠٠ إلى ١٥٠٠ لوكس مقاسه على ارتفاع متر واحد فوق سطح الملعب.

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة، يقرر المشرف الفني ومشرف الحكام ومدير الدورة ما إذا كان أي من الظروف يشكل أي خطر لإصابة اللاعبين.

٢- الشبكة والقوائم (شكل رقم ٢)

٢-١ الشبكة

طول الشبكة ٩,٥ متر وعرضها متر واحد (± ٣ سم) عندما تكون مشدودة وموضوعة عموديا فوق محور منتصف الملعب، وتصنع من خيوط بعيون مربعة مقاسها ١٠ سم، يوجد على حافتيها العليا والسفلى شريطان أفقيان بعرض ٥-٨ سم، مصنوعات من قطعتين مطويتين من قماش، ويفضل أن يكون باللون الأزرق الداكن أو من ألوان زاهية ومخاط بطول الشبكة بالكامل، وعند كل من طرفي الشريط العلوي بالقوائم ليحافظ على شد الحافة العليا للشبكة. يوجد داخل الشريطين: سلك مرن بالشريط العلوي وحبل بالشريط السفلي لتثبيت الشبكة بالقوائم والمحافظة على شد حافتيها العليا والسفلى. يسمح بوجود إعلانات على الشريطين الأفقيين للشبكة.

٢-٢ الأشرطة الجانبية

يثبت شريطان ملونان بعرض ٥-٨ سم (بنفس عرض خطوط الملعب) وبطول متر واحد رأسيا على الشبكة فوق كل خط جانبي، ويعتبران جزء من الشبكة، يسمح بالإعلان على الأشرطة الجانبية.

٢-٣ العصى الهوائية

العصا الهوائية عبارة عن قضيب مرن، طوله ١,٨ متر وبقطر ١٠ ملم، وتصنع من الألياف الزجاجية أو أي مادة مشابهة، تثبت عصاتين هوائيين على الحد الخارجي لكل من شريطي الجانب، وتوضعان على الجانبين العكسيين للشبكة (شكل رقم ٢).

يمتد الجزء العلوي من كل عصا وطوله ٨٠ سم فوق الشبكة ويقسم إلى أجزاء بطول ١٠ سم وبألوان متباينة ويفضل الأحمر والأبيض.

تعتبر العصى الهوائية جزءا من الشبكة وتحددان جانبيا مجال العبور (شكل رقم ٣، القاعدة رقم ١٤-١-١).

٢-٤ ارتفاع الشبكة

يكون ارتفاع الشبكة ٢,٤٣ مترا للرجال و ٢.٢٤ متر للسيدات.

تفسير: يجوز أن يكون ارتفاع الشبكة متغيرا للمجموعات العمرية المعينة كالتالي:

المجموعات العمرية	إناث	ذكور
١٦ سنة فما دون	٢.٢٤ متر	٢,٢٤ متر
١٤ سنة فما دون	٢.١٢متر	٢.١٢ متر
١٢ سنة فما دون	٢,٠٠متر	٢,٠٠ متر

يقاس ارتفاع الشبكة من منتصف أرض الملعب بواسطة قضيب قياس، ويجب أن تكون نهايتا الشبكة (أعلى خطوط الجانب) بنفس الارتفاع ولا يجوز أن تزيد عن الارتفاع القانوني بأكثر من ٢ سم.

٢-٥ القوائم

يجب أن يكون القائمان المثبتان للشبكة مستديرين وأملسين بارتفاع ٢,٥٥ متر ويفضل أن يكونا قابلين للتعديل، ويجب تثبيتهما بالأرض على مسافة متساوية تتراوح من ٠,٧٠-١ متر من كل خط جانبي إلى حشوة القائم، يمنع تثبيت القوائم بالأرض باستخدام الأسلاك، ويجب إزالة كافة التجهيزات الخطرة أو المعرقلة، يجب تغطية القوائم بحشوة.

٢-٦ الأدوات الإضافية

تحدد جميع الأدوات الإضافية بواسطة لوائح الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.

٣- الكرة

٣-١ المواصفات

يجب أن تكون الكرة مستديرة الشكل، مصنوعة من مادة مرنة (الجلد أو ما يشابهه) لا تمتص الرطوبة، أي تكون ملائمة لظروف الملاعب المكشوفة، حيث إنه يمكن إجراء المباريات عندما يكون الجو مطرا، يكون بداخل الكرة كيس هوائي من المطاط أو مادة مشابهة.

اللون: ألوان زاهية (مثل البرتقالي، الصفر، القرنفلي، الأبيض.. إلخ).

المحيط: ٦٥ سم إلى ٦٧ سم.

الوزن: ٢٦٠ جرام إلى ٢٨٠ جرام.

الضغط الداخلي: ١٧١-٢٢١ مليبار أو hpa (٠,١٧٥ - ٠,٢٢٥ كجم/سم٢).

٣-٢ توحيد الكرات

يجب أن تكون جميع الكرات المستخدمة في المباراة بنفس المواصفات فيما يتعلق باللون والمحيط والوزن والضغط والنوع .. إلخ.

يجب أن تلعب المنافسات الدولية الرسمية بكرات معتمدة من الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.

٣-٣ نظام الثلاث كرات

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة يجب استخدام ثلاث كرات، وفي هذه الحالة يجب وضع ستة ملتقطي كرات عند كل ركن من المنطقة الحرة وخلف كل حكم (شكل رقم ٦).

الفصل الثاني

المشاركون

٤- الفرق

٤-١ التشكيل والتسجيل

٤-١-١ يتكون الفريق على وجه الحصر من لاعبين اثنين.

٤-١-٢ يجوز فقط للاعبين الاثنين المقيدين باستمارة التسجيل الاشتراك في المباراة.

٤-١-٣ للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة لا يسمح بإعطاء توجيهات من خارج الملعب خلال المباراة.

٤-٢ رئيس الفريق

يتم توضيح رئيس الفريق على استمارة التسجيل.

٥- أدوات اللاعبين

٥-١ الأدوات

٥-١-١ تتكون أدوات اللاعبين من سراويل قصيرة أو لباس عوم. يعتبر ارتداء الفانلة اختياريا باستثناء عندما ينص على ذلك في لوائح الدولة. ويجوز للاعبين ارتداء قبعات.

٥-١-٢ للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة، يجب على لاعبي الفريق ارتداء ملابس بنفس اللون والتصميم.

٥-١-٣ يجب أن تكون ملابس اللاعب نظيفة.

٥-١-٤ يجب أن يلعب اللاعبون حفاة، باستثناء عندما يأذن لهم الحكام بغير ذلك.

٥-١-٥ يجب أن ترقم فانيلات اللاعبين (أو السراويل إذا سمح اللاعبين باللعب بدون فانلة) بالرقمين ١، ٢ ويجب أن يوضع الرقم على الصدر (أو السراويل من الأمام).

٥-١-٦ يجب أن تكون الأرقام من ألوان مخالفة لألوان الفانلات وبارتفاع لا يقل

عن ١٠ سم ويكون الشريط المكون للأرقام بعرض لا يقل عن ١,٥ سم.

٥-٢ التغييرات المسموح بها

٥-٢-١ إذا وصل كلا الفريقين للمباراة مرتديان فانيلات من نفس اللون، يجب على الفريق المضيف تغيير فانيلاته، أما إذا كانت المباراة في مكان محايد، فإن الفريق المدون أولا على استمارة التسجيل يقوم بالتغيير.

٥-٢-٢ يجوز للحكم الأول أن يسمح للاعب أو أكثر:

أ) باللعب بجوارب و/ أو أحذية.

ب) بتغيير الفانيلات المبتلة بين الأشواط بشرط أن تكون الفانيلات الجديدة أيضا وفقا للوائح الدولة والاتحاد الدولي للكرة الطائرة (القاعدتان ٥-١٤، ٥-١-٥ أعلاه).

٥-٢-٣ يجوز للحكم الأول أن يسمح للاعب اللعب بالفانلة الداخلية وبنطلون التدريب إذا طلب اللاعب منه ذلك.

٥-٣ الملابس والأشياء الممنوعة

٥-٣-١ يمنع ارتداء أي شيء يمكن أن يسبب الإصابة للاعب مثل الساعات والدبابيس والأسورة والجبائر (الجبس).. إلخ.

٥-٣-٢ يجوز أن يلبس اللاعبون نظارات على مسئوليتهم الخاصة.

٥-٣-٣ يمنع ارتداء ملابس بدون أرقام قانونية (القاعدتان ٥-١-٥، ٥-١-٦ أعلاه).

٦- حقوق ومسئوليات المشاركين

٦-١ اللاعبان معا

٦-١-١ يجب أن يلم المشاركون بالقواعد الرسمية للكرة الطائرة على الشاطئ والالتزام بها.

٦-١-٢ يجب أن يتقبل المشاركون قرارات الحكام بسلوك متسم بالاحترام وبدون جدال وفي حالة الشك يجوز طلب التوضيح.

٦-١-٣ يجب أن يتسم سلوك المشاركين بالاحترام والتهذيب وفقا لروح اللعب النظيف ليس فقط تجاه الحكام ولكن أيضا تجاه الرسميين الآخرين والمنافسين والزملاء والمتفرجين.

٦-١-٤ يجب على المشاركين تجنب الحركات والمواقف التي تهدف إلى تأثير قرارات الحكام أو لتغطية الأخطاء المرتكبة من فريقهم.

٦-١-٥ يجب على المشاركين تجنب الأعمال التي تهدف إلى تأخير الملعب.

٦-١-٦ يسمح بالاتصال بين أعضاء الفريق خلال المباراة.

٦-١-٧ يسمح لكلا اللاعبين أثناء المباراة بالتحدث مع الحكام عندما تكون الكرة خارج اللعب (القاعدة رقم ٦-١-٢) في الحالات الثلاث التالية:

أ) طلب توضيح حول تطبيق أو تفسير القواعد، إذا لم يقتنع اللاعبان بالتوضيح فإنه يحق لأي منهما فورا أن يعبر للحكم عن احتفاظهما بالحق في تسجيل عدم موافقتهما في استمارة التسجيل كاحتجاج رسمي عند نهاية المباراة (القاعدة رقم ٢٥ - ٢- ٤).

ب) طلب السماح:

- بتغيير الملابس أو الأدوات.
- بالتحقق من رقم اللاعب المرسل.

- بفحص الشبكة والكرة والسطح إلخ.
- بإعـادة خـط الملعـب إلى استقامته.

جـ) طلب الأوقات المستقطعة (القاعدة رقم ١٩-٣).

ملاحظة: يجب أن يحصل اللاعبون على إذن من الحكم لكي يغادروا منطقة اللعب.

٦-١-٨ عند نهاية المباراة:

أ) يقوم كلا اللاعبين بتقديم الشكر للحكام والمنافسين.

ب) إذا كان أحدهما قد سبق وأن عبر عن عدم موافقته إلى الحكم الأول، فإن له الحق في تأكيد ذلك كاحتجاج يسجل على استمارة التسجيل (القاعدة رقم ٦-١-٧ أ) أعلاه.

٦-٢ رئيس الفريق

٦-٢-١ يقوم رئيس الفريق قبل المباراة بما يلي:

أ) التوقيع على استمارة التسجيل.

ب) تمثيل فريقه في عملية القرعة.

٦-٢-٢ يقوم رئيس الفريق عند نهاية المباراة بالتأكيد على النتائج وذلك بالتوقيع على استمارة التسجيل.

٦-٣ مكان المشاركين (شكل رقم ١)

يجب أن تكون كراسي اللاعبين على بعد ٥ أمتار من الخصم الجانبي وليس بأقرب من ٣ أمتار من طاولة المسجل.

الفصل الثالث

الفائز بالنقطة والشوط والمباراة

٧- نظام التسجيل

٧-١ للفوز بالمباراة

٧-١-١ النظام أ مباراة الشوط الواحد: يفوز بالمباراة الفريق الذي يكسب الشوط الفردي.

٧-١-٢ النظام ب - مباراة الشوطين من ثلاثة: يفوز بالمباراة الفريق الذي يكسب شوطين.

٧-١-٣ في حالة التعادل ١ - ١ (والنظام ب، القاعدة رقم ٧-١-٢ أعلاه)، يلعب الشوط الفاصل (الثالث) لكسر التعادل بنظام تتابع النقاط (القاعدة رقم ٧-٤).

٧-٢ للفوز بالشوط

٧-٢-١ النظام أ (القاعدة رقم ٧-١-١ أعلاه):

يفوز بالشوط الفريق الذي يسجل أولا ١٥ نقطة وبفارق نقطتين على الأقل، وفي حالة التعادل ١٤- ١٤ يستمر اللعب إلى أن يصل الفارق نقطتين (١٦-١٤، ١٧-١٥).

ومع ذلك فإن النقطة المحددة للوصول إليها هي ١٧، أي بعد التعادل ١٦-١٦ فإن الفريق الذي يسجل النقطة ١٧ يفوز بالشوط وبفارق نقطة واحدة فقط.

٧-٢-٢ النظام ب (القاعدة رقم ٧-١-٢ أعلاه).

أ) الشوطان لأولان:

يفوز بالشوط الفريق الذي يسجل أولا ١٢ نقطة، وفي حالة التعادل ١١-١١ فإن الفريق الذي يسجل أولا النقطة ١٢ يفوز بالشوط.

ب) الشوط الفاصل:

في حالة التعادل ١-١ في الأشواط، يلعب الشوط الفاصل (الثالث) لكسر التعادل بنظام تتابع النقاط (القاعدة رقم ٧-٤)، يفوز

بالشوط الفريق الذي يسجل أولا ١٢ نقطة وبفارق نقطتين على الأقل، وفي حالة التعادل ١١-١١ يستمر اللعب إلى أن يصل الفارق نقطتين (١٣-١١، ١٤-١٢) ولا توجد نقطة محددة.

٧-٢-٢ يلعب الشوط الفاصل طبقا للقاعدة رقم ٧-٤ أدناه.

٧-٣ للفوز بتداول الكرة

عندما يفشل الفريق في إرساله، أو إعادة الكرة، أو يرتكب أي خطأ آخر، فإن الفريق المنافس يفوز بتداول الكرة بإحدى النتائج التالية:

٧-٣-١ إذا كان الفريق المنافس مرسلا، فإنه يسجل نقطة ويستمر بالإرسال.

٧-٣-٢ إذا كان الفريق المنافس مستقبلا للإرسال فإنه يكسب الحق في الإرسال بدون تسجيل نقطة (تغيير إرسال) ما عدا في الشوط الفاصل (الثالث).

٧-٤ للفوز بتداول الكرة في الشوط الفاصل (الثالث)

تسجل نقطة في الشوط الفاصل عندما يفوز الفريق بتداول الكرة بإحدى النتائج التالية:

٧-٤-١ يسجل الفريق المرسل نقطة ويستمر بالإرسال.

٧-٤-٢ يسجل الفريق المستقبل نقطة ويكسب الحق في الإرسال.

٧-٥ التخلف والفريق غير المكتمل

٧-٥-١ عندما يرفض الفريق اللعب بعد أن يطلب منه ذلك، فإنه يعلن متخلفا ويخسر المباراة بنتيجة ٠-١ (٠-٢ في النظام ب) للمباراة و ٠-١٥ (٠-١٢، ٠١٢ في النظام ب) للشوط أو الأشواط.

٧-٥-٢ إذا لم يتواجد الفريق على أرض الملعب في الوقت المحدد فإنه يعلن متخلفا وبنفس النتيجة كما في

القـــاعدة رقـــم ٧-٥-١ أعلاه.

٧-٥-٣ إذا أعلـــن الفريـــق غـــير مكتملا للشوط أو للمباراة فإنـــه يخســـر الشـــوط أو المباراة (القاعدة رقم ٩-١) ويعطى الفريق المنافس النقاط أو النقاط والأشواط المطلوبة للفوز بالشوط أو المباراة، ويحتفظ الفريـق غـير المكتمـل بنقاطـه وأشواطه.

الفصل الرابع

الإعداد للمباراة – نظام اللعب

٨- الإعداد للمباراة

٨-١ القرعة

يجري الحكم الأول قبل الإحماء القرعة بحضور رئيسي الفريقين، ويختار الفائز بالقرعة:

أ) أما الحق في الإرسال أو استقبال الإرسال أو.

ب) جانب الملعب.

ويأخذ الخاسر الخيار المتبقي لأحد الأمرين.

في الشوط الثاني (النظام ب)، يحق لخاسر القرعة في الشوط الأول الخيار (أ)/ (ب).

تجري قرعة جديدة للشوط الفاصل.

٨-٢ فترة الإحماء

يعطي الفريقان قبل المباراة فترة إحماء على الشبكة مدتها ٣ دقائق إذا كان لديهما من قبل ملعب آخر تحت تصرفهما، أما إذا لم يتوفر يجوز لهما فترة ٥ دقائق.

٩- ترتيب دوران الفريق

٩-١ يجب أن يكون كلا اللاعبين لكل فريق (القاعدة رقم ٤-١-١) دائما في اللعب.

٩-٢ لا توجد تبديلات أو تغييرات تكميلية للاعبين.

١٠- مراكز اللاعبين

١٠-١ المراكز

١٠-١-١ يجب أن يكون كل فريق داخل ملعبه (ماعدا المرسل) في اللحظة التي تضرب فيها الكرة بواسطة المرسل.

١٠-١-٢ للاعبين الحرية في اتخاذ مراكزهم لا توجد مراكز محددة بالملعب.

١٠-١-٣ لا توجد أخطاء مراكز.

١٠-٢ ترتيب الإرسال

يجب التقيد بترتيب الإرسال طوال الشوط (كما هو محدد بواسطة رئيس الفريق بعد القرعة مباشرة).

١٠-٣ خطأ ترتيب الإرسال

١٠-٣-١ يرتكب خطأ ترتيب الإرسال عندما لا يؤدي الإرسال طبقاً لترتيب الإرسال.

١٠-٣-٢ يتعين على المسجل أن يحدد اللحظة الفعلية التي ارتكب فيها الخطأ بدقة، ويجب أن تلغى جميع النقاط التالية لذلك المسجلة بواسطة الفريق المخطئ.

١٠-٣-٣ إذا تعذر تحديد النقاط التي سجلت عندما كان اللاعب مخالفاً لترتيب الإرسال، فإن الجزاء الوحيد هو خسارة تداول الكرة (القاعدة رقم ٢-٢-١).

الفصل الخامس

حركات اللعب

١١- حالات اللعب

١١-١ الكرة في اللعب

يبدأ تداول الكرة مع صافرة الحكم، ومع ذلك تعتبر الكرة في اللعب ابتداء، من ضربة الإرسال.

١١-٢ الكرة خارج اللعب

ينتهي تداول الكرة مع صافرة الحكم، ومع ذلك ينتهي تداول الكرة مع صافرة الحكم، ومع ذلك إذا كانت الصافرة بسبب حدوث خطأ اللعب، فإن الكرة تعتبر خارج اللعب منذ لحظة ارتكاب الخطأ (القاعدة رقم ١٢-٢-٢).

١١-٣ الكرة داخل اللعب

تعتبر الكرة "داخل" عندما تلمس أرض الملعب بما في ذلك الخطوط الحدودية (القاعدة رقم ١-٣).

١١-٤ الكرة خارج

تعتبر الكرة "خارجا" عندما:

أ- تسقط على الأرض بالكامل خارج الخطوط الحدودية (بدون ملامستها).

ب- تلمس جسما خارج الملعب أو السقف أو شخصا خارج الملعب.

ج- تلمس العصى الهوائية أو الحبال أو القوائم أو الشبكة نفسها خارج الأشرطة الجانبية والعصى الهوائية.

د- تعبر بالكامل المستوى العمودي للشبكة كليا أو حتى جزئيا خارج مجال العبور (القاعدتان رقم ١٤-١-٢، ١٤-١-٣، شكل رقم ٣).

١٢- أخطاء اللعب

١٢-١ تعريف

١٢-١-١ تعتبر أي حركة لعب مخالفة للقواعد خطأ لعب.

١٢-١-٢ يقدر الحكام الأخطاء ويحددون الجزاءات وفقا لهذه القواعد.

١٢-٢ نتائج الخطأ

١٢-٢-١ يوجد دائما جزاء للخطأ، يفوز منافسا الفريق المرتكب للخطأ بتداول الكرة طبقا للقاعدة رقم ٧-٣ أو القاعدة رقم ٧-٤ في الشوط الفاصل.

١٢-٢-٢ إذا ارتكب خطأن أو أكثر على التوالي، فإن الخطأ الأول هو الذي يحتسب.

١٢-٢-٣ إذا ارتكب خطأن أو أكثر من متنافسين اثنين في نفس الوقت، يتم احتساب الخطأ المزدوج ويعاد تداول الكرة.

١٣- لعب الكرة

١٣-١ ضربات الفريق

١٣-١-١ يسمح لكل فريق بثلاث ضربات كحد أقصى لإرجاع الكرة فوق الشبكة.

١٣-١-٢ تشتمل ضربات الفريق هذه على الضربات المتعمدة اللاعب واللمسات غير المتعمدة للكرة أيضا.

١٣-١-٣ لا يجوز للاعب ضرب الكرة مرتين متتاليتين (ما عدا لدى الصد، القاعدة رقم ١٨-٢).

١٣-٢ اللمسات المتزامنة

١٣-٢-١ يجوز أن يلمس لاعبان الكرة في نفس اللحظة.

١٣-٢-٢ عندما يلمس زميلان الكرة في نفس الوقت يعتبر ذلك ضربتين (ما عدى لدى الصد، القاعدة رقم ١٨-٤-٢).

عندما يصل زميلان إلى الكرة ولكن يلمسها أحدهما، فإن ذلك يحتسب ضربة واحدة.

وإذا اصطدم اللاعبان فإنه لا يعتبر خطأ.

١٣-٢-٣ عندما تحدث اللمسات المتزامنة من قبل متنافسين فوق الشبكة،

ونطل الكـرة في اللعـب. يحـق للفريـق المسـتقبل للكـرة ثـلاث ضربـات أخرى، وعندما تخرج تلك الكرة "خارجا" فإنه خطأ الفريـق الـذي في الجهـة العكسية.

لا يعتبر خطأ عندما تؤدى اللمسات المتزامنة بـين متنافسين فـوق الشـبكة إلى "الكـرة المحمولة .

١٢-٣ **الضربة المساعدة**

لا يسمح للاعب داخل منطقة العب أن يأخذ مساعدة من زميل أو أي جسم/ عائق بغـرض الوصـول إلى الكرة، ومع ذلك يجوز للاعب مسك أو إيقاف زميله عندما يكـون علـى وشك ارتكاب خطأ (لمس الشبكة أو التداخل مع المنافس... إلخ).

١٢-٤ **خصائص الضربة**

١٣-٤-١ يجـوز أن تلمـس الكـرة أي جزء من الجسم.

١٣-٤-٢ يجب أن تضرب الكرة أو لا تقبض أو تقذف، ويمكن أن ترتد في أي اتجاه.

الاستثناءات:

أ) في الحركة الدفاعية للضربـة الساحقة، إذ يمكـن في هـذه الحالة حمل الكرة للحظة من أعلى بواسطة الأصابع.

ب) عندمـا تـؤدي اللمسـات المتزامنـة بواسـطة متنافسـين اثنين إلى "الكرة المحمولة".

١٣-٤-٣ يجـوز أن تلمـس الكـرة أجزاء مختلفة من الجسم بشرط أن تحدث اللمسات في وقت واحد.

الاستثناءات:

أ) يسمح لـدى الصـد بلمسات متتالية (القاعدة رقـم ١٨ - ٤- ٢) بواسطة لاعب أو أكثر بشرط أن تحدث اللمسات أثناء حركة واحدة.

ب) يجـوز لـدى الضربـة الأولى للفريـق ما لم تلعب من أعلـى باستخدام الأصابع (باسـتثناء

القاعدة رقم ١٣-٤-٣ ب) تلمس الكرة أجزاء مختلفة من الجسم على التوالي بشرط أن تحدث هذه اللمسات أثناء حركة واحدة

١٣-٥ الأخطاء في لعب الكرة

١٣-٥-١ أربع ضربات: يضرب الفريق الكرة أربع مرات قبل إرجاعها (القاعدة رقم ١٣-١-١).

١٣-٥-٢ الضربة المساعدة: يأخذ اللاعب مساعدة من زميله أو أي جسم/ عائق بغرض الوصول إلى الكرة داخل منطقة اللعب (القاعدة رقم ١٣-٣).

١٣-٥-٣ الكرة المحمولة: إذا لم يضرب اللاعب الكرة كما (القاعدة رقم ١٣-٤-٢) باستثناء عندما يكون في حركة دفاعية لكرة الضربة الساحقة (القاعدة رقم ١٣-٤-٢أ) أو عندما تؤدي اللمسات المتزامنة بواسطة منافسين فوق الشبكة إلى "الكرة المحمولة" لفترة وجيزة (القاعدة رقم ١٣-٤-٢ ب).

١٣-٥-٤ اللمسة المزدوجة: يضرب اللاعب الكرة مرتين متتاليتين. أو تلمس الكرة أجزاء مختلفة من جسمه على التوالي (القاعدتان رقم ١٣-١٣. ١٣-٤-٣).

١٤- الكرة عند الشبكة

١٤-١ عبور الكرة للشبكة

١٤-١-١ يجب أن تعبر الكرة المرسلة إلى ملعب المنافس فوق الشبكة من خلال مجال العبور (شكل رقم ٣). مجال العبور هو جزء من المستوى العمودي للشبكة ومحدد كالتالي:

أ- من الأسفل بواسطة الحافة العليا للشبكة

ب- من الجوانب بالعصى الهوائية وامتدادهما الوهمي.

ج- من الأعلى بالسقف أو عائق (إذا وجد).

١٤-١-٢ تعتبر الكرة المتجهة إلى جانب المنافس من خارج مجال العبور "خارجا" عندما تعبر بالكامل المستوى العمودي للشبكة.

١٤-١-٣ تعتبر الكرة "خارجا" عندما تعبر تماما المجال السفلي تحت الشبكة (شكل رقم ٣).

١٤-١-٤ يجوز للاعب مع ذلك أن يدخل ملعب المنافس للعب الكرة قبل أن تعبر بالكامل المجال السفلي أو خارج مجال العبور (القاعدة رقم ١٣-٥).

١٤-٢ لمس الكرة

يجوز للكرة أن تلمس الشبكة عند عبورها والقاعدة رقم ١٤-١-١ أعلاه) فيما عدا أثناء الإرسال.

١٤-٣ الكرة في الشبكة

١٤-٣-١ يجوز استعادة الكرة التي تصطدم بالشبكة في حدود اللمسات الثلاث للفريق.

١٤-٣-٢ عندما تمزق الكرة عيون الشبكة أو تسقطها، يلغى تداول الكرة ويعاد.

١٥- اللاعب عند الشبكة

يجب على كل فريق أن يلعب في ملعبه ومجال لعبه، ومع ذلك، لا يجوز استعادة الكرة من وراء المنطقة الحرة.

١٥-١ الوصول وراء الشبكة

١٥-١-١ يجوز للقائم بالصد أثناء الصد لمس الكرة وراء الشبكة بشرط أن لا يتداخل مع لعب المنافس قبل أو أثناء الضربة الهجومية للأخير (القاعدة رقم ١٨-٣).

١٥-١-٢ يسمح للاعب بتمرير يده وراء الشبكة بعد ضربته

الهجومية بشرط أن تكون لمسته قد تمت في مجال لعبه.

١٥-٢ اجتياز مجال المنافس وملعبه و/ أو منطقته الحرة

يجوز للاعب أن يدخل إلى مجال المنافس وملعبه و/ أو منطقته الحرة بشرط ألا يتداخل ذلك مع لعب المنافس.

١٥-٣ لمس الشبكة

١٥-٣-١ يمنع لمس أي جزء من الشبكة أو العصى الهوائية (الاستثناء: القاعدة رقم ١٥-٣-٤).

١٥-٣-٢ يجوز للاعب بمجرد ما يضرب الكرة أن يلمس القوائم أو الحبال أو أي جسم آخر خارج الطول الكلي للشبكة بشرط أن لا تتداخل هذه الحركة مع اللعب.

١٥-٣-٣ لا يحتسب خطأ عندما تصطدم الكرة بالشبكة وينتج عن ذلك لمس الشبكة للمنافس.

١٥-٣-٤ اللمسة العارضة للشعر ليست خطأ.

١٥-٤ أخطاء اللاعب عند الشبكة

١٥-٤-١ يلمس اللاعب الكرة أو المنافس في مجال المنافس قبل أو أثناء الضربة الهجومية للمنافس (القاعدة رقم ١٥-١-١).

١٥-٤-٢ يجتاز اللاعب مجال المنافس أو ملعبه و/ أو منطقته الحرة متداخلا مع لعب الأخير (القاعدة رقم ١٥-٢).

١٥-٤-٣ يلمس اللاعب الشبكة (القاعدة رقم ١٥-٣-١).

١٦- الإرسال

١٦-١ تعريف

الإرسال هو وضع الكرة في الملعب بواسطة اللاعب المرسل المتواجد في منطقة الإرسال الذي يضرب الكرة بيد واحدة.

١٦-٢ الإرسال الأول في الشوط

يـؤدي الإرسـال الأول في الشـوط بواسطة الفريـق المحـدد بواسـطة القرعة (القاعدة رقم ٨-١).

١٦-٣ ترتيب الإرسال

بعـد الإرسـال الأول في الشـوط، يحـدد اللاعـب الـذي سـيقول بالإرسال كالتالي:

أ) عندما يفوز الفريـق المرسـل بتداول الكـرة، يؤدي اللاعب الذي أرسل مـن قبل الإرسـال مرة أخرى.

ب) عندما يفـوز الفريق المستقبل بتـداول الكـرة، فإنـه يكسـب الحـق في الإرسـال وسـيؤدي الإرسـال اللاعـب الـذي لم يرسل في المرة الأخيرة.

١٦-٤ السماح بالإرسال

يسمح الحكم الأول بالإرسال بعـد التـأكد مـن أن المرسـل مسـتحوذ على الكـرة خلف خط النهاية وأن الفريقين مستعدين للعب (شكل رقم ٧، رسم ١).

١٦-٥ تنفيذ الإرسال

١٦-٥-١ يجوز للمرسل أن يتحرك بحريـة داخـل منطقـة الإرسال ويجب عليه في لحظة ضربة الإرسال أو الارتقاء للإرسـال بـالقفز عدم لمس الملعب (بما في ذلك خطة النهايـة) أو الأرض خـارج المنطقة. لا يجـوز لقدمه أن تدخل تحت الخط، يجوز للمرسل بعد ضربته أن يخطو أو ينزل خـارج المنطقـة أو داخـل الملعب.

١٦-٥-٢ لا يعتـبر خطـأ عندمـا يتحرك الخط بسبب دفع الرمل بواسطة المرسل.

١٦-٥-٣ يجب أن يضرب المرسل الكرة خلال خمس ثوان بعد صافرة الحكم الأول للإرسال.

١٦-٥-٤ يلغى الإرسال الذي يتم قبل صافرة الحكم ويعاد.

١٦-٥-٥ يجب أن تضرب الكرة بيد واحدة أو بأي جزء من الذراع بعد قذفها أو تمريرها وقبل أن تلمس سطح اللعب.

١٦-٥-٦ عندما تسقط الكرة على الأرض بعد أن تقذف أو تمرر بواسطة المرسل دون أن تلمس أو تقبض بواسطة المرسل فإن ذلك يعتبر كإرسال.

١٦-٥-٧ لا يسمح بمحاولة أخرى للإرسال.

١٦-٦ إخفاء الإرسال

يجب على زميل المرسل أن لا يمنع أي من المنافسين من خلال إخفاء الإرسال من رؤية المرسل أو مسار الكرة. ويجب عليهما التحرك جانبا بناء على طلب المنافس. (شكل رقم ٤).

١٦-٧ أخطاء الإرسال

تؤدي الأخطاء التالية إلى تغيير الإرسال، حيث أن المرسل:

أ) يخرق ترتيب الإرسال (القاعدة رقم ١٦-٣).

ب) لم ينفذ الإرسال بصورة صحيحة (القاعدة رقم ١٦-٥).

١٦-٨ أخطاء الإرسال بعد ضرب الكرة

بعد ضرب الكرة بصورة صحيحة، يصبح الإرسال خطأ حيث أن الكرة:

أ) تلمس لاعبا من الفريق المرسل أو تفشل في أن تعبر المستوى العمودي للشبكة.

ب) تلمس الشبكة " القاعدة رقم ١٤-٢).

جـ) تذهب "خارجا" (القاعدة رقم ١١-٤).

١٧- الضربة الهجومية

١٧-١ تعريف

١٧-١-١ تعتبر كل الحركات لتوجيه الكرة في اتجاه المنافس باستثناء عند الإرسال والصد ضربات هجومية.

١٧-١-٢ تعتبر الضربة الهجومية قد اكتملت في اللحظة التي تعر فيها الكرة تماما المستوى العمودي للشبكة أو تلمس بواسطة القائم بالصد.

١٧-١-٣ يجوز لأي لاعب القيام بضربة هجومية من أي ارتفاع، بشرط أن تكون لمسته للكرة قد تمت في مجال اللعب الخاص به. (ما عدا القاعدة رقم ١٧-٢-٤ أدناه).

١٧-٢ أخطاء الضربة الهجومية

١٧-٢-١ يضرب اللاعب الكر داخل مجال لعب الفريق المنافس (القاعدة رقم ١٥-١-٢).

١٧-٢-٢ يضرب اللاعب الكرة "خارجا" (القاعدة رقم ١١-٤).

١٧-٢-٣ يكمل اللاعب الضربة الهجومية مستخدما الإسقاط باليد المفتوحة موجها للكرة بالأصابع.

١٧-٢-٤ يكمل اللاعب الضربة الهجومية على إرسال المنافس عندما تكون الكرة كلية فوق الحافة العليا للشبكة.

١٧-٢-٥ يكمل اللاعب الضربة الهجومية مستخدما تمريرة من أعلى ذات مسار غير عمودي على خط الكتفين.

١٨ - الصد

الصد هو حركة اللاعبين القريبين من الشبكة لاعتراض الكرة القادمة من المنافس وذلك بالوصول لأعلى من الحافة العليا للشبكة (شكل رقم ٥).

١٨-٢ ضربات القائم بالصد

يجوز أن تلعب الضربة الأولى بعد الصد بواسطة أي لاعب، بما في ذلك اللاعب الذي لمس الكرة عند الصد.

١٨-٣ الصد داخل مجال المنافس

يجوز للاعب في الصد وضع يديه وذراعيه وراء الشبكة بشرط أن لا تتداخل حركته مع لعب المنافس، وهكذا لا يسمح بلمس الكرة وراء الشبكة إلا بعد تنفيذ المنافس لضربة هجومية.

١٨-٤ لمسة الصد

١٨-٤-١ تحتسب لمسة الصد كضربة للفريق، ويحق للفريق القائم بالصد ضربتين إضافيتين فقط بعد لمسة الصد.

١٨-٤-٢ يجوز أن تحدث لمسات متتالية (سريعة ومتصلة) من لاعب صد أو أكثر بشرط أن تحدث هذه اللمسات أثناء حركة واحدة، وتحتسب هذه اللمسات كضربة واحدة فقط للفريق (القاعدة رقم ١٨-٤-١ أعلاه).

١٨-٤-٣ يجوز أن تحدث هذه اللمسات بأي جزء من الجسم.

١٨-٥ أخطاء الصد

١٨-٥-١ يلمس القائم بالصد الكرة في مجال المنافس أما قبل أو بالتزامن مع الضربة الهجومية للمنافس (القاعدة رقم ١٨-٣، أعلاه).

١٨-٥-٢ يصد اللاعب الكرة في مجال المنافس من خارج العصى الهوائية.

١٨-٥-٣ يصد اللاعب إرسال المنافس.

١٨-٥-٤ ترسل الكرة "خارجا" من الصد.

الفصل السادس

الوقت المستقطع والتأخير

١٩- الأوقات المستقطعة

١٩-١ تعريف

الوقت المستقطع هو توقف عادي للعب ويستغرق ٣٠ ثانية.

١٩-٢ عدد الأوقات المستقطعة

يحق لكل فريق أربعة أوقات مستقطعة كحد أقصى في الشوط.

١٩-٣ طلبات الوقت المستقطع

يجوز طلب الأوقات المستقطعة بواسطة اللاعبين فقط عندما تكون الكرة خارج اللعب وقبل صافرة الإرسال. وذلك بإظهار إشارة اليد الدالة على الطلب (شكل رقم ٧، رسم رقم ٤)، ويجوز تعقب الأوقات المستقطعة دون الحاجة إلى استئناف اللعب.

١٩-٤ الطلبات الخاطئة

فيما دون ذلك، يكون من الخطأ طلب وقت مستقطع:

أ) أثناء تداول الكرة أو في لحظة أو بعد الصافرة للإرسال (القاعدة رقم ١٩- ٣ أعلاه).

ب) بعد استنفاد العدد المسموح به للأوقات المستقطعة (القاعدة رقم ١٩- ٢ أعلاه). يرفض أي طلب خاطئ. لا يؤثر في اللعب أو يؤخره بدون أي جزاء ما لم يتم تكراره في نفس الشوط (القاعدة رقم ٢٠ - ١ ب).

٢٠- تأخيرات اللعب

٢٠-١ أنواع التأخير

يعتبر الأداء الخاطئ للفريق الذي يؤثر على استئناف اللعب تأخيرا أو يتضمن:

أ) اطالة الأوقات المستقطعة بعد أن يكون قد طلب منه استئناف اللعب.

ب) تكرار الطلب الخاطئ في نفس الشوط (القاعدة رقم ١٩- ٤).

ج) تأخير اللعب.

٢٠-٣ حراءات التاخيرات

٢٠-٣-١ يحارى التاحير الاول للفريق في الشوط بلفت نظر للتاخير

٢٠-٣-٢ يشكل التاحير الثاني وما يليه من أي نوع لنفس الفريق في نفس الشوط خطأ. ويجارى بالنسبة للتأخير: خسارة تداول الكرة.

٢١- التوقعات الاستثنائية للعب

٢١-١ الإصابة

٢١-١-١ إذا وقع حادث خطير بينما الكرة في اللعب. يجب على الحكم إيقاف اللعب فورا. يعاد بعدئذ تداول الكرة.

٢١-١-٢ يعطى اللاعب المصاب مدة خمس دقائق كحد أقصى للعلاج في الشوط يجب على الحكم ان يسمح للطبيب المعتمد بدخول الملعب لمعالجة اللاعب ويحق فقط للحكم أن يسمح للاعب بمغادرة منطقة اللعب بدون جزاء. يطلق الحكم الصافرة انقضاء مدة الخمس دقائق للعلاج ويطلب من اللاعب أن يستمر. يقدر اللاعب وحده في هذا الوقت ما اذا كان لائقا للعب.

اذا لم يشف اللاعب أو يرجع الى منطقة اللعب بعد انقضاء مدة العلاج. يعلن عن عدم اكتمال فريقه (القاعدتان رقم ٥-٧-٣، ٩-١)

يمكن لطبيب المنافسة والمشرف الفني أن يعترضا على رجوع اللاعب المصاب في الحالات البالغة

ملاحظة: يبدأ وقت العلاج عندما يصل الطبيب الرسمي للمنافسة الى الملعب لمعالجة اللاعب. في حالة عدم وجود طبيب فإن الوقت سوف يبدأ من اللحظة التي يسمح فيها بمدة العلاج بواسطة الحكم.

٢١-٢ التدخل الخارجي

إذا حدث أي تدخل خارجي أثناء اللعب، يوقف اللعب ويعاد تداول الكرة.

٢١-٣ التوقفات المطولة

اذا أدت ظروف طارئة إلى إيقاف المباراة، فسوف يقرر الحكم الأول والمنظم ولجنة المراقبة إذا تواجد أحدهم الإجراءات التي تتخذ لاستعادة الظروف الطبيعية.

٢١-٣-١ في حالة حدوث توقف واحد أو عدة توقفات لمدة لا تزيد في مجموعها عن ٤ ساعات يتم استئناف المباراة بنفس النتيجة المكتسبة بصرف النظر عما إذا تستمر على نفس الملعب أو على ملعب آخر.

تحتفظ الأشواط التي لعب من قبل بنتائجها.

٢١-٣-٢ في حالة حدوث توقف واحد أو عدة توقفات لمدة تزيد في مجموعها عن ٤ ساعات، تعاد المباراة بالكامل.

٢٢- تغييرات الملاعب وفترات الراحة

٢٢-١ تغييرات الملاعب

٢١-١-١ في النظام (أ)، يغير الفريقان ملعبيهما بعد كل ٥ نقاط ملعوبة.

٢١-١-٢ في النظام (ب)، يغير الفريقان ملعبيها بعد كل ٤ نقاط ملعوبة.

٢٢-٢ فترات الراحة

٢٢-٢-١ تستغرق فترة الراحة بين كل شوط (عندما يلعب أكثر من واحد) ٥ دقائق، يجري الحكم الأول أثناء هذه الفترات عملية القرعة طبقا للقاعدة رقم ٨-١.

٢٢-٢-٢ يحق للفريقين أثناء تغييرات الملاعب (القاعدة رقم ٢٢-١ أعلاه) فترة راحة مدتها ٣٠ ثانية كحد أقصى، يجوز للاعبين أثناء هذه الفترة الجلوس على كراسيهم.

استثناء: في الشوط الفاصل (الثالث) النظام ب (القاعدة رقم ٧-١-٣) لا توجد فترة للراحة أثناء تغييرات الملاعب، ويجب على الفريقين تغيير الملاعب بدون تأخير.

٢٢-٢-٣ إذا لم يتم تغيير الملعب في الوقت الصحيح فسوف يتم إجراء ذلك حالما يكتشف الخطأ.

تظل النتيجة التي تمت وقت تغيير الملعب كما هي.

الفصل السابع

سوء السلوك

٢٣- سوء السلوك

يصنف السلوك غير اللائق من عضو الفريق تجاه الحكام أو المنافسين أو زميله أو المتفرجين إلى أربعة فئات طبقا لدرجة الإساءة.

٢٣-١ الفئات

٢٣-١-١ السلوك غير الرياضي: الجدال والتهديد... إلخ.

٢٣-١-٢ السلوك غير المهذب: تصرف مناف للسلوك الحسن أو المبادئ الأخلاقية يعبر عن الاحتقار.

٢٣-١-٣ السلوك العدائي: كلمات أو إشارات جارحة ومهينة.

٢٣-١-٤ الاعتداء: اعتداء بدن أو الشروع في الاعتداء.

٢٣-١ الجزاءات

استنادا إلى درجة السلوك غير اللائق وتبعا لتقدير الحكم الأول، فإن الجزاءات التي تطبق (يجب تدوينها على استمارة التسجيل) هي:

٢٣-٢-١ لفت نظر لسوء السلوك: لا يعطي جزاء للسلوك غير الرياضي ولكن يلفت نظر عضو الفريق المعني بعدم التكرار في نفس الشوط.

٢٣-٢-٢ إنذار لسوء السلوك: يجازى الفريق للسلوك غير المهذب بخسارة الإرسال أو تمنح نقطة إلى المنافس في حالة كون المنافس مرسلا.

٢٣-٢-٣ الطرد: يجازى تكرار السلوك غير المهذب بالطرد، ويجب على عضو الفريق المجازى بالطرد مغادرة منطقة اللعب ويعلن عن عدم اكتمال فريقهما للشوط (القاعدتان رقم ٧-٥-٣، ٩-١).

٢٣-٢-٤ عدم الأهلية: للسلوك العدواني أو الاعتداء، ويجب على اللاعب

مغـادرة مطقـة اللعـب ويعلـن عـن عـدم اكتمـال فريقه للمباراة (القاعدتان رقم ٧- ٥- ٣ - ٩، ١-١).

٢٣-٢ جدول الجزاء

يجازى تكرار سوء السلوك من نفس الشخص في نفس الشوط تصاعديا كما هـو موضـح بجـدول الجـزاء (شكل رقم ٩).

يجـوز أن يتلقـى اللاعـب إنـذار أو أكثر لسوء السلوك في الشوط.

لا يتطلب عدم الأهلية الناشئ عن السلوك العدواني أو الاعتداء وجود جزاء مسبق.

٢٣-٤ سوء السلوك قبـل وبـين الأشواط

يجازى أي سوء سلوك يحدث قبل أو بين الأشواط وفقا للشكل رقم ٩ ويطبق الجزاء في الشوط التالي.

الجـــزء الثانـــي

SECTION II

الحكام مسئولياتهم والإشارات الرسمية

THE REFEREES, THEIR RESPONSIVBIL-ITIES AND OFFICIAL SIGNALS



هيئة التحكيم والإجراءات

٢٤ - هيئة التحكيم والإجراءات

تتكون هيئة التحكيم للمباراة من الحكام التاليين:

- الحكم الأول.
- الحكم الثاني.
- المسجل.
- أربعة (اثنان) مراقبو خطوط.
- أماكنهم موضحة في الشكل رقم ٦.

٢٤-٢ الإجراءات

٢٤-٢-٢ يجوز للمحكمين الأول والثاني فقط إطلاق الصافرة أثناء المباراة.

أ) يعطي الحكم الأول الإشارة للإرسال الذي يبدأ تداول الكرة.

ب) يشير الحكمان الأول والثاني إلى نهاية تداول الكرة بشرط أن يتأكدا من أن هنالك خطأ قد ارتكب وأنهما حددا طبيعته.

٢٤-٢-٣ يجوز لهما إطلاق الصافرة أثناء توقف اللعب للتوضيح بأنهما وافقا أو رفضا طلب فريق.

٢٤-٢-٤ بعد أن يطلق الحكم الصافرة للإشارة بنهاية تداول الكرة، يجب عليهما فورا التوضيح بإشارات اليد الرسمية (القاعدة رقم ٢٩-١) عن:

أ) طبيعة الخطأ.

ب) اللاعب المخطئ.

جـ) الفريق الذي سيقوم بالإرسال

٢٥- الحكم الأول

يؤدي الحكم الأول واجباته جالسا أو واقفا على منصة الحكم الموجودة عند إحدى نهايتي الشبكة، ويجب أن يكون مستوى نظره فوق الشبكة بحوالي ٥٠ سم تقريبا (شكل رقم ٦).

٢٥-٢ السلطة

٢٥-٢-١ يدير الحكم الأول المباراة من البداية وحتى النهاية وله السلطة على جميع الحكام وأعضاء الفريق.

تكون قرارات الحكم الأول نهائية خلال المباراة، وله السلطة في إلغاء قرارات الحكام الآخرين عندما يقدر أنهم مخطئين.

يجوز للحكم الأول أن يستبدل الحكام الذين لا يؤدون وظائفهم بصورة صحيحة.

٢٥-٢-٢ يشرف الحكم الأول أيضا على عمل ملتقطي الكرات.

٢٥-٢-٣ للحكم الأول السلطة في اتخاذ القرار في أي من الأمور المتعلقة باللعب بما في ذلك تلك غير الواردة في القواعد.

٢٥-٢-٤ لا يسمح الحكم الأول بأي نقاش حول قراراته، ومع ذلك يعطي الحكم الأول يطلب من اللاعب، توضيح حول تطبيق أو تفسير للقواعد التي استند إليها قراره.

عندما يختلف اللاعب مع التوضيح ويتقدم بطلب، يجب على الحكم أن يسمح للاعب بتقديم احتجاج رسمي عند نهاية المباراة.

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة، يجب معالجة الاحتجاج أو الفصل فيه فورا بواسطة لجنة الاحتجاج بحيث لا يتسبب في تغيير جدول الدورة على أية حال.

٢٥-٢-٥ يكون الحكم الأول مسئولا قبل وأثناء المباراة عن تحديد ما إذا كانت منطقة اللعب والظروف تفي بمتطلبات اللعب.

٢٥-٣ المسئوليات

٢٥-٣-١ يقوم الحكم الأول قبل المباراة:

أ) بفحص حالة منطقة اللعب والكرة والأدوات الأخرى.

ب) بإجراء القرعة مع رئيسي الفريقين.

ج) بالإشراف على إحماء الفريقين.

٢٥-٣-١ أثناء المباراة، يكون للحكم الأول فقط سلطة.

أ) مجازاة سوء السلوك والتأخيرات.

ب) اتخاذ القرار حول:

- أخطاء المرسل.
- إخفاء الإرسال بواسطة الفريق المرسل.
- الأخطاء في لعب الكرة.
- الأخطاء فوق الشبكة وعند جزءها العلوي.

ج) الفريق الذي سيقوم بالإرسال

٢٥- الحكم الأول

يؤدي الحكم الأول واجباته جالسا أو واقفا على منصة الحكم الموجودة عند إحدى نهايتي الشبكة، ويجب أن يكون مستوى نظره فوق الشبكة بحوالي ٥٠ سم تقريبا (شكل رقم ٦).

٢٦- الحكم الثاني

٢٦-٢ السلطة

٢٦-٢-١ الحكم الثاني هو مساعد الحكم الأول، ولكن له أيضا نطاق سلطات خاصة به (القاعدة رقم ٢٦-٣ أدناه)، ويجوز أن يحل محل الحكم الأول في حالة عدم قدرة الأخير على الاستمرار في التحكيم.

٢٦-٢-٢ يجوز للحكم الثاني أيضا الإشارة بدون إطلاق الصافرة إلى أخطاء خارج نطاق اختصاصاته ولكن يجب عليه عدم الإصرار في هذه الإشارات للحكم الأول.

٢٦-٢-٣ يشرف الحكم الثاني على عمل المسجل.

٢٦-٢-٤ يسمح الحكم الثاني بالأوقات المستقطعة

وتغييرات الملعب ويشرف على مدتها ويرفض الطلبات الخاطئة.

٢٦-٢-٥ يراجع الحكم الثاني عدد الأوقات المستقطعة التي استخدمت بواسطة كل فريق ويبلغ عن الوقت المستقطع الرابع للحكم الأول واللاعبين المعنيين.

٢٦-٢-٦ يسمح الحكم الثاني بالوقت المحدد للعلاج في حالة إصابة لاعب (القاعدة رقم ٢١-١-٢).

٢٦-٢-٧ يتأكد الحكم الثاني أثناء المباراة من أن الكرات لا تزال تفي بمتطلبات اللوائح.

٢٦-٣ المسئوليات

٢٦-٣-١ يقرر الحكم الثاني أثناء المباراة ويطلق الصافرة ويؤثر على:

أ) لمس اللاعب للجزء الأسفل من الشبكة والعصا الهوائية التي على جانب الحكم الثاني من الملعب (القاعدة رقم ١٥-٢-١).

ب) التداخل الناشئ عن الاجتياز داخل ملعب ومجال المنافس تحت الشبكة (القاعدة رقم ١٥-٢).

ج) الكرة التي تعبر الشبكة خارج مجال العبور أو تلمس العصا الهوائية التي بجانبه من الملعب (القاعدة رقم ١١٤).

د) لمس الكرة لجسم خارجي (القاعدة رقم ١١-٤).

٢٧- المسجل

٢٧-١ المكان

يؤدي المسجل واجباته جالسا على طاولة المسجل في الجهة المقابلة للحكم الأول ومواجها له (شكل رقم ٦).

٢٧-١ المسئوليات

يملأ المسجل استمارة التسجيل طبقا للقواعد وذلك بالتعاون مع الحكم الثاني.

٢٧-٢-١ يقوم المسجل قبل المباراة والشوط بتسجيل البيانات الخاصة بالمباراة والفريقين طبقا للإجراءات المعمول بها ويحصل على توقيعات رئيسي الفريقين.

٢٧-٢-٢ يقوم المسجل أثناء المباراة:

أ- بتسجيل النقاط التي أحرزت، ويتأكد من أن لوحة النتائج توضح النتيجة الصحيحة.

ب- بمراقبة ترتيب الإرسال عندما يؤدي كل لاعب إرساله في الشوط.

ج- بتوضيح ترتيب الإرسال لكل فريق وذلك بإظهار لافتة مرقمة بالرقمين ١ أو ٢ تدل على اللاعب الذي سيرسل، ويشير المسجل فورا إلى الحكمين عن أي خطأ.

د- بتسجيل الأوقات المستقطعة ويتأكد من عددها ويخطر الحكم الثاني بذلك.

هـ- بإبلاغ الحكمين عن أي طلب خاطئ للوقت طلبا المستقطع (القاعدة رقم ١٩ - ٤).

و- بالإعلان للحكمين عن نهاية الأشواط وتغيرات الملعب.

٢٧-٢-٣ يقوم المسجل عند نهاية المباراة:

أ- بتسجيل النتيجة النهائية.

ب- بتوقيع استمارة التسجيل والحصول على توقيعات رئيسي الفريقين ثم الحكام.

ج- في حالة الاحتجاج (القاعدة رقم ٦-١-٧ أ)، يكتب أو يسمح للاعب المعني بكتابة بيان على استمارة التسجيل عن الواقعة مثار الاحتجاج.

ذ) (القاعدة رقم ١١-٤).

٢٨- مراقبو الخطوط

٢٨-١ المكان

٢٨-١-١ يعتبر وجود مراقبين اثنين للخطوط إجباريا في المباريات الدولية الرسمية ويقفان عند ركني الملعب المتقابلين قطريا على بعد من ١ إلى ٢ من الركن.

ويراقب كل منهما خطي النهاية والجانب من ناحيته (شكل رقم ٦)

٢٨-١-٢ في حالة استخدام أربعة مراقبي خطوط، فإنهم يقفون في المنطقة الحرة على بعد ١ إلى ٣ أمتار من كل ركن للملعب على الامتداد الوهمي للخط الذي يراقبونه (شكل رقم ٦).

٢٨-٢ المسئوليات

٢٨-٢-١ يؤدي مراقبو الخطوط واجباتهم باستخدام رايات أبعادها (٣٠ × ٣٠ سم) كما هو موضح بالشكل رقم ٨).

أ- يشيروا على الكرة "داخل" و"خارج" عندما تسقط الكرة قريبا من خطهم (خطوطهم).

ب- يشيروا للكرات الملموسة "الخارجة" من الفريق المستقبل للكرة.

ج- يشيروا عندما تعبر الكرة الشبكة خارج مجال العبور، أو ملامستها للعصا الهوائية.. إلخ (القاعدة رقم ١٤-١-١).

يكون مراقب الخط القريب من مساء الكرة هو المسئول أساسا عن الإشارة.

د- يشير مراقبو الخطوط المسئولون عن خطوط النهاية إلى أخطاء القدم للمرسل (القاعدة رقم ١٦-٥-١).

يجب على مراقب الخط أن يكرر إشارته بناء على طلب من الحكم الأول.

٢٩- إشارات الحكام

٢٩-١ إشارات اليد للحكام (شكل رقم ٧).

يجب على الحكام ومراقبي الخطوط أن يوضحوا بإشارة اليد الرسمية طبيعة الخطأ المحتسب أو الغرض من التوقف المسموح، وذلك بالطريقة التالية:

٢٩-١-١ يحتفظ بالإشارة للحظة، وإذا نفذت بيد واحدة، فتستخدم اليد المقابلة لجانب الفريق الذي ارتكب الخطأ أو تقدم بالطلب.

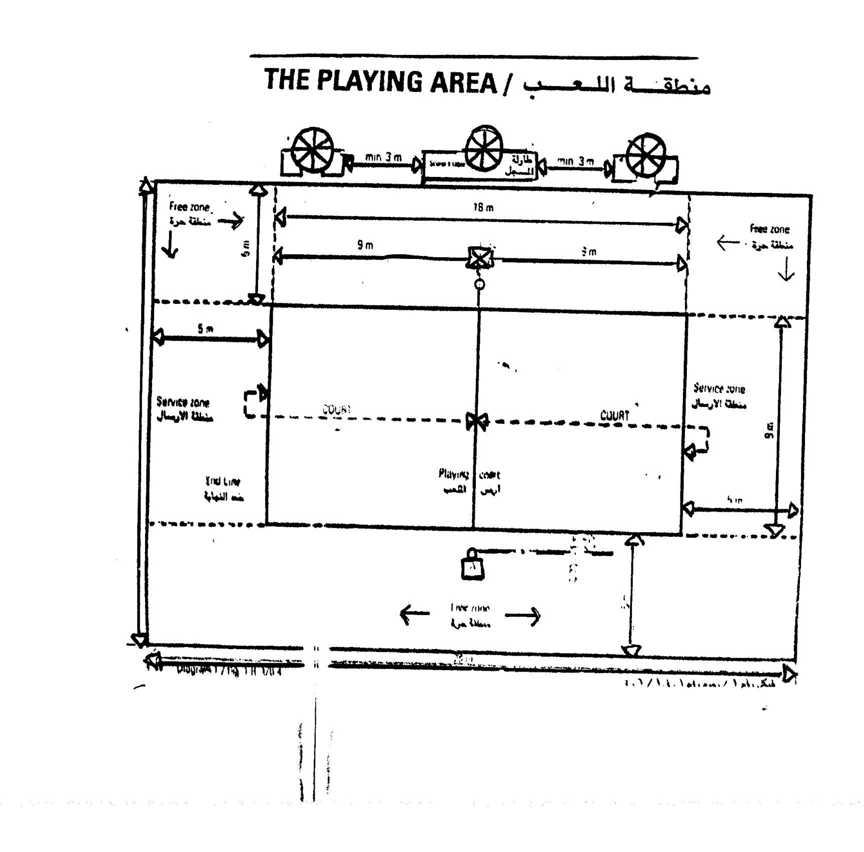
٢٩-١-٢ يشير الحكم بعدئذ إلى اللاعب الذي ارتكب الخطأ الفريق الذي تقدم بالطلب.

٢٩-١-٣ ينهي الحكم الإشارة بتحديد الفريق الذي له الإرسال الثاني.

٣٠- إشارات الراية لمراقبي الخطوط (شكل رقم ٨).

أن يوضح مراقبو الخطوط بإشارة الراية الرسمية الخطأ المحتسب والاحتفاظ بالإشارة للحظة.

THE PLAYING AREA / منطقـــة اللـــعــــب



DESIGN OF THE NET / تصميم الشبكة

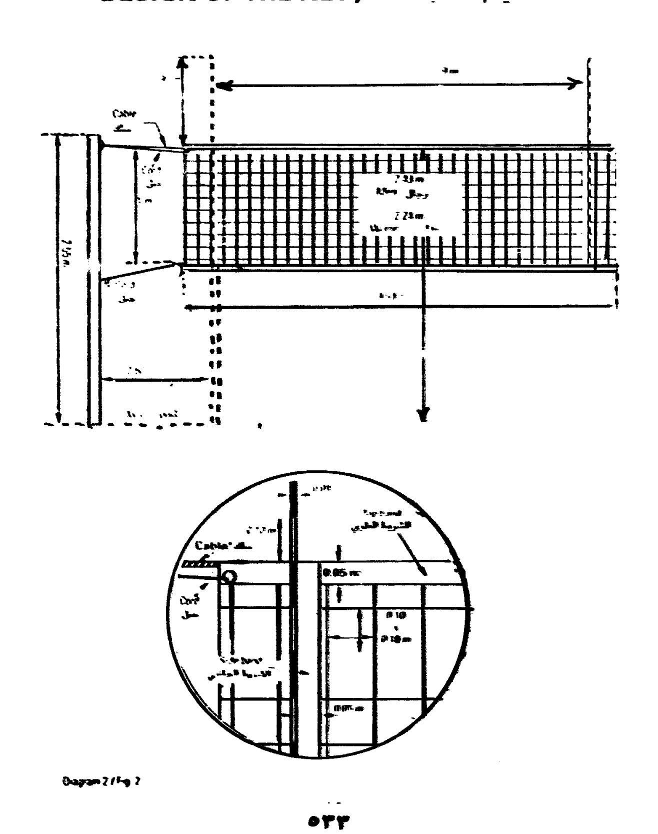


Diagram 2 / Fig. 2

BALL CROSSING THE VERTICAL PLANE OF THE NET
عبور الكرة للمستوى العمودي للشبكة

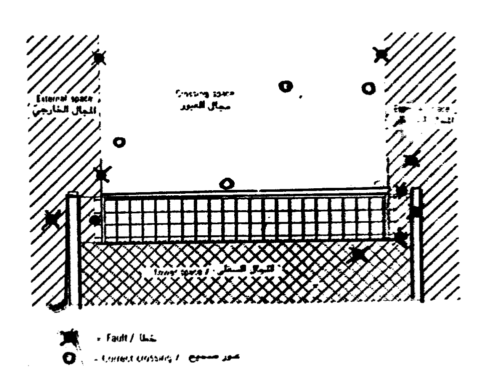
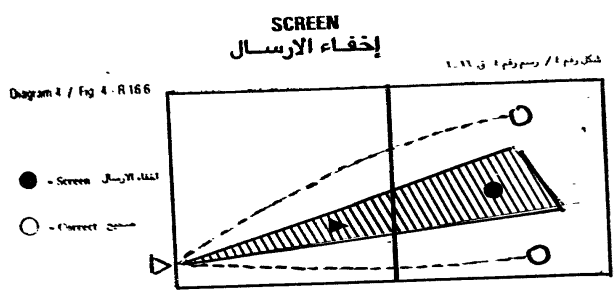
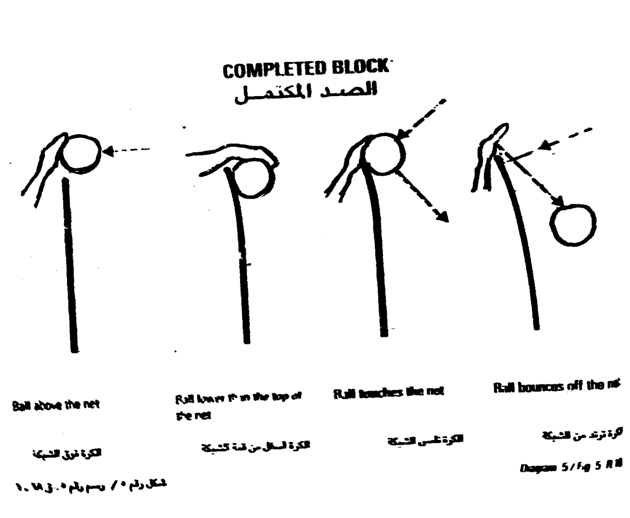


Diagram 3 / Fig 3

SCREEN
إخفاء الارسال



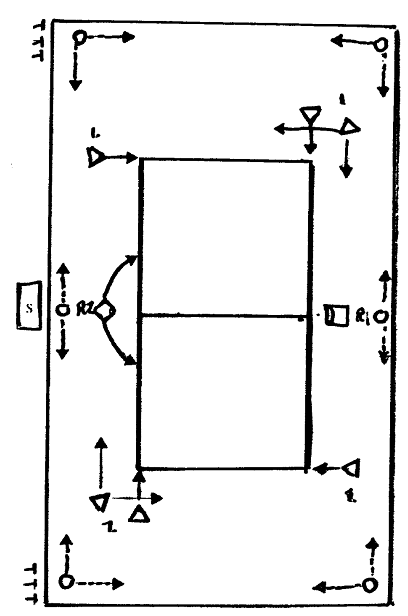
COMPLETED BLOCK
الصد المكتمل



LOCATION OF THE REFEREEING CORPS AND THE...

مكان هيئة التحكيم ومساعديهم





R1 = First referee / الحكم الأول

R2 = Second referee / الحكم الثاني

S = Scorer / المسجل

L = Linesjudge / مراقب الخط

O = Ball retrievers / ملتقطو الكرة

⊢ = Sand Levelers/ مسويو الرمل

MISCONDUCT SANCTION SCALE

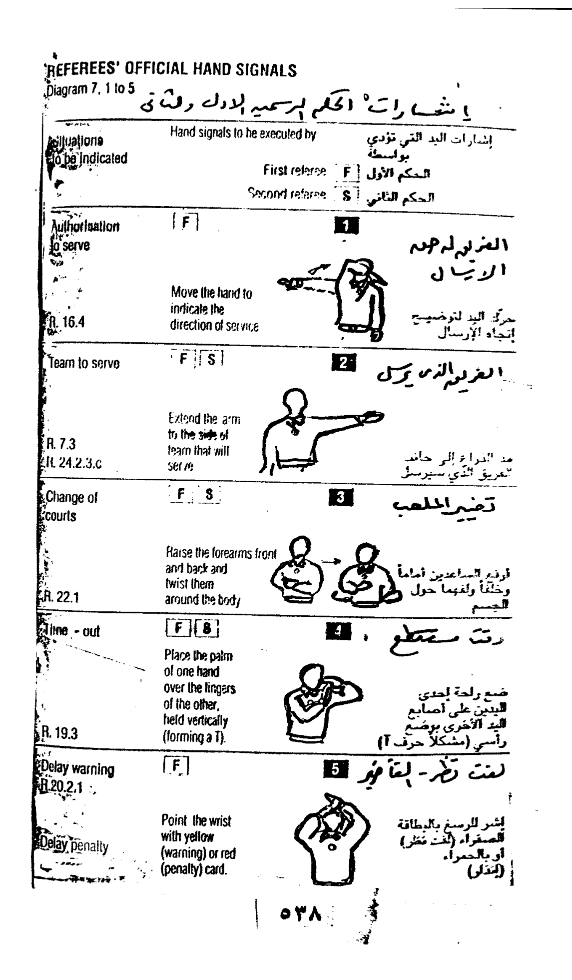
Categories	Times	Sanction	Cards to Show	Consequence
1 Unsportsmanlike conduct	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible] no penalty
	[illegible]	[illegible]	[illegible]	Loss of rally
2 Rude conduct	[illegible]	[illegible]	[illegible]	Loss of rally
3 Offensive conduct	[illegible]	[illegible]	[illegible]	Expulsion from the playing area for the match
4 Aggression	[illegible]	[illegible]	[illegible]	Expulsion from the playing area for the match

Diagram 9/Fig. 9 R 23

جدول جزاء سوء السلوك

الفئات	المرات	الجزاء	البطاقات التي تظهر	التبعات
١ - السلوك غير الرياضي	الأولى	لفت نظر	صفراء	[illegible] - لا جزاء
	الثانية وما يليها	إنذار	حمراء	خسارة تداول الكرة
٢ - [illegible]	الأولى وما يليها	إنذار	حمراء	خسارة تداول الكرة
٣ - السلوك العدائي	الأولى	عدم أهلية	[illegible]	الطرد من منطقة اللعب للمباراة
٤ - الاعتداء	الأولى	عدم أهلية	[illegible]	الطرد من منطقة اللعب للمباراة

شكل رقم ٩ / رسم رقم ٩ القاعدة رقم ٢٣



REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS

Diagram 7, 1 to 5

Situations to be indicated	Hand signals to be executed by		إشارات اليد التي تؤدي بواسطة
	First referee [F]		الحكم الأول [F]
	Second referee [S]		الحكم الثاني [S]
Authorisation to serve R. 16.4	[F] Move the hand to indicate the direction of service	1	حرك اليد لتوضيح إتجاه الإرسال
Team to serve R. 7.3 R. 24.2.3.c	[F] [S] Extend the arm to the side of team that will serve	2	مد الذراع إلى جانب الفريق الذي سيرسل
Change of courts R. 22.1	[F] [S] Raise the forearms front and back and twist them around the body	3	تغيير الملعب أرفع الساعدين أماماً وخلفاً ولفهما حول الجسم
Time - out R. 19.3	[F] [S] Place the palm of one hand over the fingers of the other, held vertically (forming a T).	4	ضع راحة إحدى اليدين على أصابع اليد الأخرى بوضع رأسي (مشكلاً حرف T)
Delay warning R. 20.2.1 Delay penalty	[F] Point the wrist with yellow (warning) or red (penalty) card.	5	إشر للرسغ بالبطاقة الصفراء ([illegible]) أو بالحمراء ([illegible])

REFFREES' OFFICIAL HAND SIGNALS

Diagram 7 6 to 10

شارات اليد الرسمية للحكام

شكل رقم ٧ من ٦ الى ١٠

Situations to be indicated	Hand signals to be executed by: First referee F / Second referee S	No.	إشارات اليد التي تؤدي بواسطة: الحكم الأول F / الحكم الثاني S	الحالات التي يشار إليها
Misconduct warning R. 23.2.1 ...y R.23.2.2	F Show a yellow card for warning and a red card for penalty	6	اظهر بطاقة صفراء للفت النظر وبطاقة حمراء للإنذار	لفت نظر لسوء السلوك ق ٢٣ ـ ٢ ـ ١ أو إنذار لسوء السلوك ق ٢٣ ـ ٢ ـ ٢
Expulsion R. 23.2.3	F Show both cards together for expulsion	7	اظهر البطاقتين معاً للطرد	الطرد ق ٢٣ ـ ٢ ـ ٣
Disqualification R. 23.2.4	F Show both cards separately for disqualification	8	اظهر كلتا البطاقتين منفصلتين لعدم الاهلية	عدم الأهلية ق ٢٣ ـ ٢ ـ ٤
End of set (or match) R. 7.1 R. 7.2	F S Cross the forearms in front of the chest, hands open.	9	اجعل الساعدين متقاطعين أمام الصدر واليدين مفتوحتين	نهاية الشوط (او المباراة) ق ٧ ـ ١ ق ٧ ـ ٢
Ball not tossed or released at the service hit. R.16.5.4	F Lift the extended arm, the palm of the hand facing upwards	10	ارفع الذراع الممدودة وراحة اليد متجهة الى اعلى	لم تقذف الكرة او تحرر عند ضربة الإرسال ق ١٦ ـ ٥ ـ ٤

REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS
Diagram 7. 11 to 15

إشارات اليد الرسمية للحكام
شكل رقم ٧ من ١١ إلى ١٥

Situations to be indicated	Hand signals to be executed by: First referee F, Second referee S		إشارات اليد التي تؤدى بواسطة: الحكم الأول F، الحكم الثاني S
Delay in service R.15.5.3	F Raise five (or three) fingers, spread open	11	التأخير أرفع خمسة أصبع (أو ثلاثه) مفرودة ومفتوحة
Screening R.16.6	F S Raise both arms vertically, palms forward.	12	إحجاب الإرسال أرفع كلا الذراعين رأسياً وراحتا اليدين للأمام
Ball touched	F S Brush with the palm of one hand the fingers of the other, held vertically.	13	الكرة ملموسة إمسح براحة اليد أصابع اليد الأخرى بوضع رأسي
Ball "in" R. 11.3	F S Point the arm and fingers towards the floor	14	الكرة للداخل أشر بالذراع والأصابع نحو الأرض
Ball "out"	F S Raise the forearms vertically, hands open, palms towards the body	15	الكرة خارج أرفع الساعدين رأسياً واليدين مفتوحتين وراحتيهما نحو الجسم

REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS

Diagram 7, 16 to 20

إشارات اليد الرسمية للحكام

شكل رقم ٧ - من ١٦ الى ٢٠

Situations to be indicated	Hand signals to be executed by: First referee F, Second referee S	No.	إشارات اليد التي تؤدي بواسطة: الحكم الأول F، الحكم الثاني S	الحالات التي يشار اليها
Held ball R 15.5.3	F Slowly lift the forearm, palm of the hand facing upwards	16	أرفع الساعد ببطء وراحة اليد مواجهة للأعلى	كرة محمولة ق ١٥ - ٥ - ٣
Double contact R.13.5.4	F S Raise two fingers spread open	17	أرفع أصبعين مفرودين ومفتوحين .	اللمسة المزدوجة ق ١٣ - ٥ - ٤
Four hits R.13.5.1	F S Raise four fingers spread open.	18	أرفع أربعة أصابع مفرودة ومفتوحة .	اربع ضربات ق ١٣ - ٥ - ١
Net touched by a player or a served ball R15.4.3 R.16.8.b	F S Touch the top of the net or its side, according to the fault.	19	المس أعلى الشبكة او جانبها تبعاً للخطأ .	تُلمس الشبكة بواسطة لاعب او كرة الإرسال ق ١٥ - ٤ - ٣ ق ١٦ - ٨ - ب
Reaching beyond the net	F Place a hand above the net, palm facing downwards.	20	ضع اليد فوق الشبكة وراحتها مواجهة للأسفل .	الوصول وراء الشبكة ق ١٥ - ٤ - ١

REFFREES' OFFICIAL HAND SIGNALS

Diagram 21 to 23

إشارات اليد الرسمية للحكام

. شكل رقم ٧ - من ٢١ إلى ٢٣

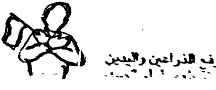
Situations to be indicated	Hand signals to be executed by	First referee F / Second referee S		إشارات اليد التي تؤدي بواسطة — الحكم الأول F / الحكم الثاني S	الحالات التي يشار إليها
Attack - hit fault R. 17.2.3 R. 17.2.5 or on the opponent's service R. 17.2.4	Make a downward motion with the forearm, hand open	F S	21	إعمل حركة لأسفل بالساعد واليد مفتوحة	خطأ الضربة الهجومية ق ١٧ - ٢ - ٣ ق ١٧ - ٢ - ٥ أو على إرسال المنافس ق ١٧ - ٢ - ٤
Interference by penetration into the opponent's court R. 15.2 R. 14.1.3	Point to the court center.	F S	22	أشر إلى وسط الملعب.	التداخل بواسطة الإجتياز داخل ملعب المنافس ق ١٥ - ٢ ق ١٤ - ١ - ٣
Double fault and replay R.12.2.3	Raise both thumbs vertically	F	23	ارفع كلا الإبهامين رأسيا	خطأ مزدوج واعادة اللعب ق ١٢ - ٢ - ٣

LINESJUDGES' OFFICIAL FLAG SIGNALS

Diagram 12, 1 to 5

إشارات الراية الرسمية لمراقبي الخطوط

شكل رقم ١٢ - من ١ إلى ٥

Situations to be indicated	Flag signals to be executed by	إشارات الراية التي تؤدي بواسطة	الحالات التي يشار إليها
	Linesjudge L	مراقب الخط L	
Ball "in" R. 11.3	L 1 Point down with flag.	أشر بالراية إلى الأسفل.	الكرة "داخل" ق ١١ - ٣
Ball "out" R. 11.4	L 2 Raise flag vertically.	ارفع الراية رأسياً.	الكرة "خارج" ق ١١ - ٤
Ball touched R. 27.2.1.b	L 3 Raise flag and touch the top with the palm of the free hand.	ارفع الراية والمس أعلاها براحة اليد الحرة.	كرة ملموسة ق ٢٧ - ٢ - ١ - ب
Ball passing outside the crossing space or server's foot fault R. 11.4 R. 16.5.1	L 4 Wave flag over the head and point to the antenna or the end line	لوّح بالراية فوق الرأس وأشر إلى العصا الهوائية أو خط النهاية	عبور الكرة خارج مجال العبور أو خطأ قدم المرسل ق ١١ - ٤ ق ١٦ - ٥ - ١
Judgement impossible	L 5  Raise and cross both arms and hands in front of the chest	ارفع الذراعين واليدين [illegible]	استحالة الحكم

